

# 「いきいき健康教室」 8月中止のお知らせ

令和3年度 高知赤十字病院「いきいき健康教室」は5月分より開始しておりましたが、県内での感染者数が増加しているため急遽中止とさせていただきます。

なお9月以降につきましては、改めてホームページ及び院内掲示等でお知らせいたします。

皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解、ご協力を賜りますよう、どうぞよろしくお願い申し上げます。



参加  
無料

令和3年度 高知赤十字病院

# 『いきいき健康教室』

当講座は、「健康でいきいき暮らす」ためのヒントや知識を、専門の講師が分かりやすくお伝えします。どうぞ、お気軽にご参加ください。



開催場所 高知赤十字病院 2F 図書ラウンジ / 第三水曜日 / 14時～  
開催日時 12月～3月は、インフルエンザ流行期につき、休講いたします。

教室内容 健康講座（約30分） / 相談コーナー  
地域住民の皆さま、外来・入院患者さま

開催日	テーマ	実技	講師	相談員
4月21日(水)	※4月の講座は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止とさせていただきます。			
5月19日(水)	誤えん性肺炎について		摂食・嚥下障害看護認定看護師	看護師長
6月16日(水)	南海トラフ巨大地震に備える ～今からできる「こころの準備」～		臨床心理士	看護師長
7月21日(水)	改めて学ぶ健康づくりのいろは		健康管理センター長（医師）	看護師長
※8月の講座は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止とさせていただきます。				
9月15日(水)	筋肉鍛えて健康に！ ～自宅でできるホーム貯筋術～	●	理学療法士	看護師長
10月20日(水)	心筋梗塞 ～胸が痛いだけじゃない～		集中ケア認定看護師	看護師長
11月17日(水)	みんなで防ごう！ インフルエンザの予防の知識		感染管理認定看護師	看護師長