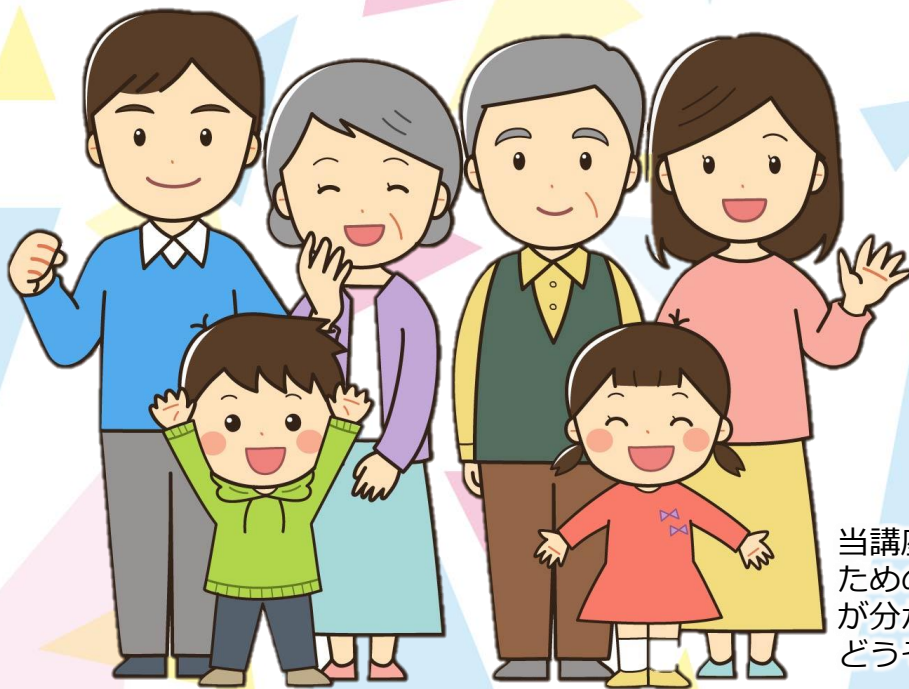


参加  
無料

令和4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	感染症拡大状況により、急遽中止となる場合があります。 また、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20日（水）	認知症予防のために！ ～脳カグッとアップ～	●	作業療法士	看護師長
5月18日（水）	がん患者さんとご家族の方へ		がん看護専門看護師	看護師長
6月15日（水）	あなたの肌を守るスキンケア		皮膚・排泄ケア認定看護師	看護師長
7月20日（水）	熱中症、人ごとだと思いませんか		救急看護認定看護師	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21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19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16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