

平成22年度 「健康いきいき教室」予定表

当院では、地域住民の健康増進や生活習慣病の予防として、「健康いきいき教室」を開催しています。平成22年度は下記の日程で開催します。参加料は各講座、教室とも500円です。皆様の多数のご参加をお待ちしています。申し込みは下記へご連絡ください。

高血圧公開講座

月日	時間	内容	講師	場所
6月20日(日)	9:00~	血圧測定	担当看護師	すこやかセンター伊野
	9:20~	高血圧について 病態、薬、日常生活など	医師：宮野伊知郎	
	10:20~	食事療法について	管理栄養士：新谷 美智	
	11:10~	休憩		
	11:20~	薬物療法について 薬との上手なつきあい方	薬剤師：宮崎 英典	
	12:10~	塩分控えめ料理（昼食）		

メタボリックシンドローム予防大作戦公開講座

月日	時間	内容	講師	場所
10月24日(日)	8:30~	腹囲、血糖、血圧測定	担当看護師	すこやかセンター伊野
	9:20~	メタボリックシンドロームとは？ おなかの脂肪が真犯人	医師：小原 秀一	
	10:20~	食事のバランスって？	管理栄養士：新谷 美智	
	11:10~	休憩		
	11:20~	効果的な運動って？	作業療法士：荻野 道代	
	12:10~	ダイエット料理（昼食）		

生活習慣病料理教室

月日	時間	内容	講師	場所
7月4日(日)	9:30~ 13:00	・CKD(慢性腎臓病)について ・腎臓病料理教室	副院長：安岡 伸和 管理栄養士：新谷 美智	すこやかセンター伊野
9月5日(日)	9:30~ 13:00	・骨を強くする運動 ・カルシウムたっぷり料理教室	理学療法士：池 博之 管理栄養士：新谷 美智	
平成23年 2月6日(日)	9:00~ 13:00	・ぜんそくについて ・ぜんそくの薬 ・鉄分たっぷり料理	内科医長：竹原 紀秀 薬剤師：筒井 明子 管理栄養士：新谷 美智	

＜申込・問い合わせ＞ 仁淀病院 総務係 電話 893-1551

何でもお気軽に

当院では、「健康いきいき教室」など地域の皆様の健康維持に役立てるような活動を企画運営しており、病院掲示板や広報いのに掲示していますが、興味のある方には活動内容をお知らせしますので、外来看護師に声をお掛けください。

外来では診療科ごとに看護師が配置されています。私たちは接遇を第一に考え、笑顔で心やさしく、患者様の立場にたった関わりを大事にし、個々にあった看護サービスを提供できるように努めています。

地域の皆様が健康を維持しながら、安心して過ごしていただくために、外来看護師が一番身近な存在となるよう心掛けています。困ったことや分からないことがありましたら、いつでも気軽に声をお掛けください。また糖尿病教室をはじめ、関心のある健康教室には是非お越しください。