

2019年度



健康教室(前期)



日時：毎月第2・4土曜日 午前10時～10時30分

場所：大会議室（2階）

4月

- ・ 13日 不整脈って何ですか？ 山里将一郎医師
- ・ 27日 肩痛予防体操 理学療法士

5月

- ・ 11日 尿もれ予防体操 理学療法士
- ・ 25日 骨粗鬆症を予防しよう 管理栄養士

6月

- ・ 8日 生活習慣病とは・・・ 保健師
- ・ 22日 口の中の病気 喜舎場学医師

7月

- ・ 27日 沖縄の食事(行事食) 管理栄養士

8月

- ・ 10日 薬との正しいつき合い方 薬剤師
- ・ 24日 高血糖を予防しよう 管理栄養士

9月

- ・ 14日 医師講話 平良伸一郎医師
- ・ 28日 見逃さないでこころの風邪はうつサイン
～ うつを防ごう～ 臨床心理士

- 教室の最後に、リフレッシュ運動(理学療法士)があります。
- 講師の都合により内容が変更になる場合もあります。
- 台風接近時は中止となります。お問合せ下さい。



関心のある方はぜひご参加ください。参加費は**無料**です！

問い合わせ：与那原中央病院（健康相談室）☎ 945-8101