

応援します！！
あなたの“健活”



大好評につき、平成28年度も
引き続き開催決定！

～健康寿命をのばそう！～

大正区医師会・大阪府済生会泉尾病院(大阪府がん診療拠点病院)と協働し、開催してまいりました「健活セミナー」も3年目に突入しました。

平成28年度もがんなどの生活習慣病や身近な病気についての最新の医療情報と健康づくりのための体操を組み合わせた講座を開講します。

皆さまお誘い合わせのうえ、ご参加ください！！

【第1回】5月20日(金)

第1部 「乳がんと前立腺がん」

済生会泉尾病院 外科 植田 愛子医師
泌尿器科医長 乾 秀和医師

第2部 「いきいき百歳体操」

介護予防運動指導員 土居 悦子先生

【開催場所】

区民ホール（区役所4階）

【開催時間】

14:00～16:00
(開場13:30)

無料

予約不要

今後のスケジュール

【第3回】9月16日(金)

第1部 不整脈

第2部 口腔衛生(健口体操)

【第4回】11月18日(金)

第1部 ロコモティブ症候群

第2部 骨盤底筋体操

【第5回】1月20日(金)

第1部 食道がんと胃がん

第2部 いきいき百歳体操

【第6回】3月17日(金)

第1部 脳卒中

第2部 リハビリ

【第2回】7月15日(金)

第1部 「現代社会とうつ病」

—うつ病の予防と生活習慣について—

ほくとクリニック病院 深尾 晃三医師

第2部 「上手な減塩の工夫！！」

済生会泉尾病院 栄養科

管理栄養士：柳 美亜先生、加藤久美子先生

【お問合せは】

大正区保健福祉センター

保健福祉課(保健活動)

区役所3階30番窓口

電話4394-9968

