

地域まるごと健康づくり♪世界の健康習慣にちなんだ

「健康教室」

今回のテーマ：

冬に流行する感染症

講師：広島共立病院

小児科 森下 直人 医師

○日時：2014年1月25日（土）
14：00～15：30

○場所：安佐南区総合福祉センター 6階大会議室
(安佐南区中須1丁目38-13)

○参加費：無料

○参加対象：地域住民の皆さま

※事前に申込みはいりません

※託児が必要な方は、ご相談ください。



健康教室は医療従事者が講師となり、地域の皆さまの健康作りをサポートさせて頂いています。個別でのご相談も承っておりますので皆さまお誘い合わせの上、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。

【お問い合わせ先】

広島共立病院

広島市安佐南区中須2丁目19-6

TEL 082-879-1111

担当 地域連携室 立石

主催：広島共立病院

後援：安佐南区役所・安佐医師会・

安佐南区医師会・安佐歯科医師会・

安佐薬剤師会（順不同）

2013年度 『健康教室』今後の予定

日時	講演内容(予定)
1月25日(土) 14時～15時30分	冬に流行する感染症 講師:広島共立病院 小児科 森下 直人 医師
2月22日(土) 14時～15時30分	計画中 講師:交渉中
3月22日(土) 14時～15時30分	計画中 講師:交渉中

詳細はお気軽にお問い合わせください♪

- 開催日時：毎月第4土曜日 14時～15時30分
※10月のみ第3土曜日開催
- 開催場所：安佐南区総合福祉センター 6階大会議室
- 参加費：無料

10月19日(土)健康教室を開催しました。

今回のテーマは「骨粗鬆症に伴った骨折について(ロコモティブシンドロームとは)」
講師は、広島共立病院 整形外科部長 市川 誠先生でした。

ロコモティブシンドロームとは「骨、関節、筋肉、軟骨、椎間板など運動器のいずれか、
または複数に障害が起こり、歩行や日常生活に障害を来している状態」だそうです。
骨折をした状態のレントゲン、治療後のレントゲンを実際に見ながら、
非常にわかりやすく説明して頂きました。

家庭でも簡単にできるロコモーショントレーニングの説明もありました。

「健康寿命(健康上の問題が無い状態で日常生活を送れる期間)」が大切で、
それには日頃から運動する習慣をつけることが必要になりました。

大変勉強になり、参加者の皆様も満足しておられました。