

2020年度

## 健康教室 開催予定表



第1回

中止  
となりました。

中高年のスポーツ障害について

整形外科医師 亀田先生

第2回 7月9日(木)

肩の痛みについて

リハビリテーション部

第3回 9月10日(木)

おうちで安心して暮らすためには

訪問看護ステーション 遠峯先生

社会福祉士 嶺先生

行方市地域包括支援センター 内山先生

第4回 11月12日(木)

インフルエンザ予防対策

感染管理認定看護師 上岡先生

第5回 1月7日(木)

誤嚥ごえんおよび筋力低下について

リハビリテーション部

第6回 3月11日(木)

生活習慣病について

行方市健康増進課

参加費無料 ~どなたでも参加できます~

詳細は開催予定前月のポスターをご覧ください

※当日講演内容が変更になる場合もあります

看護部 健康管理委員会 行方市市民福祉部健康増進課



## 第2回 健康教室案内

### 肩の痛みについて

~五十肩と予防の運動~

五十肩でお悩みの方!!  
五十肩について、痛みの時期の説明や  
予防するための運動を紹介します。

講師：作業療法士 本多 浩一 先生

日時：7月9日(木) 14時~15時

場所：なめがた地域医療センター 3階会議室

参加費無料 事前申し込みは不要です

どなたでも参加できますのでお気軽にお越しください

(動きやすい服装でお越しください)

地域リハステーション

看護部 健康管理委員会

行方市 市民福祉部健康増進

