

# 2019年度 健康教室のご案内

開催日程：土曜日午後

場所：井上病院 管理棟6階会議室

健康について気になることがあれば、この機会にぜひご相談ください！！



## 行程表

※日程・テーマは変更になる場合がございますのでご了承ください。

	日付		テーマ
第1回	4月20日(土)	消化器	講義：うちの悩み解決します！！(医師) 講義：腸に良い食品って何？(管理栄養士) 運動：座ってできる便秘体操(理学療法士)
第2回	5月18日(土)	糖尿病	講義：糖尿病薬が不老長寿の薬になる！？(医師) 講義：糖尿病の薬について(薬剤師) ※無料お試し検査(尿検査、簡易血糖検査)を実施します。
第3回	6月15日(土)	泌尿器	講義：尿のお悩み解決します！(医師) 運動：尿もれ防止運動(理学療法士) ※無料お試し検査(尿検査)を実施します。
第4回	7月20日(土)	腎臓病	講義：初期の腎臓病について(医師) 栄養：塩分を制限して腎臓を守ろう！(管理栄養士) ※無料お試し検査(尿検査)を実施します。
第5回	9月21日(土)	糖尿病	講義：糖質制限ダイエットの週刊誌やテレビでは聞けない話(医師) 講義：あなたはどのタイプ？肥満タイプに合わせた食事療法(管理栄養士) ※無料お試し検査(尿検査、簡易血糖検査)を実施します。
第6回	10月19日(土)		運動療法(理学療法士) 《場所》淀川河川敷 ※医師、看護師も同行します。
第7回	11月16日(土)	糖尿病	講義：世界糖尿病デーに考える糖尿病のこと(医師) 講義：生活・フットケアについてのお話(看護師) ※無料お試し検査(血管年齢検査、簡易血糖検査)を実施します。
第8回	12月21日(土)	骨粗鬆症	講義：骨粗鬆症について(医師) 講義：栄養について(管理栄養士) 運動：骨粗鬆症予防体操(理学療法士)
第9回	1月18日(土)	感染症	講義：感染症予防について(看護師)
第10回	2月15日(土)	腎臓病	講義：睡眠時無呼吸症候群と高血圧について(医師) 講義：検査機器に実際に見てみよう！(臨床工学技士) ※無料お試し検査(血圧検査)を実施します。
第11回	3月21日(土)	腎臓病	講義：透析療法について(医師) 講義：透析導入したら、医療費ってどうなるの？(医療相談員) ※実際の機械をご覧いただけます。