

足立健康友の会 かばら支部
どなたでも参加できます！

第 1 3 期 蒲原健康講座のご案内

ご自分やご家族のみなさんは、すこやかな毎日をお過ごしでしょうか。
日頃、体調をくずしてしまうと、その原因がどこにあるのかと不安な日々を送ることになりますが、それでも私たちは、楽しく安心して毎日を過ごしたいと心から願っています。それを実現するためにはやはり、健康が第一。今回の第 1 3 期蒲原健康講座では関係する医療・介護の専門家が下記テーマをわかりやすくお話し、みなさんの質問へお答えします。みなさんのご参加をお待ちしております。

期間 2015年9月～11月

会場・時間 蒲原診療所 1 階待合室・午後 2 時 3 0 分～4 時 3 0 分

参加費 1 講座につき友の会会員は無料、非会員は 2 0 0 円です。

申し込み・問合せ先 第 1 3 期蒲原健康講座実行委員会

TEL 3 6 0 5 - 5 5 9 4 FAX 3 6 0 5 - 5 1 0 1

蒲原診療所 友の会担当まで。

友の会のホームページ <http://kabara-tomonokai.kenwa.or.jp/>

課	開催日時	テーマ	講師	講義内容
第 1 課	9月30日(水) 14:30～16:30	不眠の話	三好加津子先生 みさと健和クリニック 総看護師長	あなたも含めて周りの人の中に「寝付けない」「眠りが浅い」などの話題があると思います。この講座では不眠の原因と、その対策を考えたいと思います。
第 2 課	10月7日(水) 14:30～16:30	認知症を支える	多田誠一先生 小規模多機能施設 認知症ケア専門士	認知症ケアは家族や地域と医療、介護サービスとの連携が非常に重要です。今回は認知症で一人暮らしでも最期まで自宅で暮らせる、取り組みの実例をお話してもらいます。
第 3 課	10月17日 (土) 14:30～16:30	大腸ガンの早期 発見と治療	高重義先生 蒲原診療所 所長	女性の場合、悪性腫瘍の死因第 1 位が現在、大腸ガンになっています。大腸ガンの早期発見は気軽にできます。この機会に大腸ガンを勉強して天寿を全うしましょう。
第 4 課	11月4日(水) 14:30～16:30	歯周病について	尾崎哲也先生 みさと健和歯科・所長	歯周病は歯を支える歯ぐきや骨が壊されていく病気です。進行すると歯を失うばかりでなく全身にも様々な悪影響をもたらします。歯周病の予防についてお話しします。

第 1 3 期蒲原健康講座

受講申込書

年 月 日

お名前 () 歳

ご住所

受講数

全課を希望します。

お電話

1、2、3、4 (○した所を選択します)

上記、講義内容は都合により若干の変更があります。ご了承ください。
問い合わせと申し込みは蒲原診療所・蒲原歯科診療所・東あやせ薬局・かばらデイサービスセンターの受付窓口か、お近くの友の会役員までお願いします。
(連絡先の電話番号と地図は裏面を参照してください)