

講師派遣のご案内（2023年度）

高砂市民病院では、市民の皆さんに病気や健康に関する知識や関心を深めていただくため、出前講座を実施しています。聞きたい講座がありましたら是非ご活用ください。高砂市内どこへでも「無料」で下記内容について、講師として高砂市民病院職員を派遣します。

- ①慢性腎臓病を予防しよう ～高血圧は早めの対処～
- ②認知症にならないためにすること
- ③胃カメラで早期発見！（ピロリ菌 etc.のお話）
- ④知って得する 日常における感染対策のこつ
- ⑤大切なペットとグローバルな感染症対応について
- ⑥介護のポイント（床ずれ予防・紙おむつの選び方）
- ⑦尿もれを予防しよう（骨盤底筋体操）
- ⑧健康体操（膝痛・腰痛予防など）
- ⑨骨粗鬆症について

今年度の講座内容です。詳細は相談に応じますので、下記問い合わせ先にご相談ください。

申込期間は、**令和5年11月30日（木）**までです。

