

さくら診療所の

# さくら咲く 健康教室

平成30年度

	10月16日 (火)	担当者	10月30日 (火)	担当者
医師	咳は肺炎の予防です	松村Dr	透析回避、腎臓を大切に	吉田Dr
運動	呼吸リハビリテーション	ハートフィール	腎臓リハビリテーション	ハートフィール
栄養	免疫力を高める食生活	佐古	腎臓に負担をかけない食事	片岡
	11月13日 (火)	担当者	11月27日 (火)	担当者
医師	しびれの原因はさまざまです	松村Dr	脱炭素社会へ、世界は動いている ～日本は乗り遅れた～	吉田Dr
運動	しびれのリハビリテーション	ハートフィール	ゴミの分別のおはなし	ハートフィール
栄養	血流を改善する食生活	彦坂	健康で持続可能な食生活について	片岡
医師	12月はお休みです。			
運動				
栄養				

## <タイムスケジュール>

- 11:00 さくら診療所集合
- 11:30～ 食事
- 12:15～ 医師との対話
- 13:10～ リハビリスタッフと運動
- 14:00～ 栄養士との対話

## <送迎バスご利用の方>

- 11:00 さくら診療所集合・出発
  - 14:30 美郷の湯出発
- \* 出発の時間は都合により変更する場合があります。

\* 場所：美郷の湯

\* 料金：1回 2000円 (食事を含む)

なお、ポイントが5個たまるごとにその日の参加費が1000円引きになります。

\* 都合により内容、担当者等は変更することがあります。ご了承ください。

