

さくら診療所の

さくら咲く 健康教室

平成31年度

	4月9日 (火)	担当者	4月23日 (火)	担当者
医師	コレステロールが 高いと言われたら	松村D r	アレルギー 増加?重症化?	吉田D r
運動	コレステロールと運動	ハートフィール	アレルギーと運動	ハートフィール
栄養	善玉を増やし、悪玉を減らす食事	佐古	大人の食物アレルギー	彦坂
	5月14日 (火)	担当者	5月28日 (火)	担当者
医師	症状はないが 放置できない高血圧	松村D r	誰もがなりうる病気、 うつ	吉田D r
運動	高血圧と運動	ハートフィール	うつと運動	ハートフィール
栄養	血圧をあげないための食事	片岡	うつ病と食事の関係	佐古
	6月11日 (火)	担当者	6月25日 (火)	担当者
医師	膵臓 消化と血糖コント ロール、こわいね癌	吉田D r	関節が痛い時の対応	松村D r
運動	血糖と運動	ハートフィール	関節と運動	ハートフィール
栄養	膵臓にやさしい食生活	彦坂	関節痛の予防と痛い時の食事	片岡

<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

<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。

