

毎日をすこやか

令和5年度 養父市健康教室

生活習慣病の予防及び健康に関する正しい知識の普及を目的とした健康教室を4回開催します。

- ・参加費：無料
- ・お申し込みは、健康医療課（電話：079-662-3167）
開催日時の1週間前までにご連絡ください。

やっぷー健康ポイント付与



内容	日時	場所	講師
フレイルとサルコペニアについて	9月19日（火） 14:00～15:00	養父公民館 A 研修室 （養父市広谷 250 番地）	公立八鹿病院 黒田 達実 医師
良い睡眠と健康について	10月13日（金） 14:45～15:45	八鹿老人福祉センター2階 （養父市八鹿町八鹿 1675 番地）	但馬病院 理事長 井上 雄一 医師
心房細動と心不全の 早期発見と治療法について	11月7日（火） 13:30～14:30	八鹿老人福祉センター2階 （養父市八鹿町八鹿 1675 番地）	公立八鹿病院 後藤 葉一 医師
めまいのおはなし	12月14日（木） 14:00～15:00	養父公民館 A 研修室 （養父市広谷 250 番地）	正垣耳鼻咽喉科クリニック 正垣 一博 医師

主催：養父市健康医療課 後援・協力：養父市医師会