

# ふれあい

発行:医療法人 社団協友会 八潮中央総合病院 編集:広報委員会 〒340-0808 埼玉県八潮市緑町1丁目41-3 TEL 048-996-1131

## 地域で活躍する医療スタッフ!

### 出前糖尿病教室

#### 十 寿大学で荒川医師が講演 (11月15日) 十



11月15日(金)午前10時から、八潮市立老人福祉センター「寿楽荘」において平成25年度「八潮市寿大学校」が開かれ、当院の内科医師で日本糖尿病学会専門医の荒川将之医師が、約1時間40分にわたり講演しました。内容は、糖尿病の基礎知識やメタボリックシンドロームについての講演で、バランスのよい食事や運動の必要性などについてお話ししました。参加40人。

#### 十 鶴二公民館で「糖尿病教室」(11月30日) 十



11月30日(土)午後2時から4時まで、八潮市鶴ヶ曾根の鶴二公民館において、出前糖尿病教室を開催しました。当日は、当院内科医師の荒川将之医師と栄養科の松澤弘美係長が講師をつとめ、前半は、糖尿病の内容と対策について荒川医師がお話し、後半は、糖尿病の食事療法について松澤係長がお話ししました。参加20人。

### 健康ストレッチ講座

#### 十 企業で「健康ストレッチ講座」(11月20日) 十



11月20日(水)午後5時30分から7時まで、八潮市鶴ヶ曾根のリコーインダストリー株式会社において、「健康ストレッチ体験講座」を開催しました。当日は20代から50代まで方が参加して開催され、第1部は「腰痛とその予防」についての講義。第2部は「実技」で、腰痛や肩こり予防のためのストレッチや筋力トレーニング。第3部は「生活習慣病と喫煙」について説明を行いました。参加30人。

#### 十 楽習館まちづくりセミナー(12月11日) 十



12月11日(水)午前10時50分から正午まで、やしお生涯楽習館において同館主催のまちづくりセミナーで、健康ストレッチ講座を実施しました。セミナーのテーマは「終活とまちづくり～地域の中で生きる～」で、当日は当院リハビリテーション科の理学療法士2名が講師となり、正しいストレッチ法や転倒予防などについてお話ししました。参加10人。

当院では、出前講座のメニューとして「出前糖尿病教室」「健康ストレッチ体験講座」「もっと知りたい!乳がんのお話」を用意しています。ご依頼については、市役所の市民協働推進課、または当院の地域医療連携室にお問い合わせください。

八潮市役所・市民協働推進課 電話 048(996)2111(代) 八潮中央総合病院・地域医療連携室 電話 048(996)1131(代)





