

いきいき家族健康教室

10月25日(土) 午前10~12時

「緑内障と白内障について」

眼科部長 石原美香 医師

場所:公立雲南総合病院
大会議室



めざせ-3cm!!

夕ボ解消スリム教室

(予約制)

10月10日(金)

「誰でも無理なくできる
エアロビクス」

12月4日(木)

「心の安定をヨガで」

相談コーナー

下記の相談窓口を開設しています。
ご希望の方はご予約ください。
プライバシーには十分配慮いたします。

- 肝臓相談
- ストレス相談

健康診断

年に一度は
健診を受けて
健康度を

検査項目についてはご相談下さい。チェックしましょう。

- 人間ドック
- レディースドック
- 脳ドック
- 肺がん検診
- 大腸がん検診
- 前立腺がん検診
- 子宮がん検診
- 乳がん検診
- 骨粗鬆症検診
- 事業所の定期健康診断

母親教室

前期(妊娠23週までの方)

毎月第3木曜日

「妊娠から出産まで」
「妊娠中の食事について」
「妊娠中の生活について」
「お産の準備」
「おっぱいで育てるために」

後期(妊娠24週以降の方)

毎月第1木曜日

「新生児について」
「分娩時の過ごし方呼吸法」

場所:公立雲南総合病院
第1会議室

時間:午後1時30分~4時



患者会活動

雲南KA友の会(ストーマ造設された方)

- 9月11日 社会参加促進講習会
- (平成21年)1月15日 親睦会

腎友会(人工透析を受けている方)

- 9月4日 院外研修

雲南友の会(糖尿病治療中の方)

- 9月頃 ほほえみ会との交流会
- 10月22日 親睦会



保健推進課 平成20年度 事業計画

お申し込み・お問い合わせは...

公立雲南総合病院 保健推進課
TEL0854-43-2390(代表)

福祉相談



- 介護保険でサービスを受けるにはどうすればよいか。
- 家族間の問題
- 社会復帰が不安である。
- 障害年金・傷病手当金その他公費負担など福祉制度についての手続きが知りたい。
- 病気にかかったため医療費や生活費に困る。
- 心配事のために落ち着いて療養ができない。

糖尿病教室



場所:公立雲南総合病院 4階大会議室

参加費:無料 予約:不要

日時	内容
5月27日(火) 午後2時~3時30分	講義「糖尿病とは」(服部副院長) 運動療法ワンポイントアドバイス(理学療法士)
7月29日(火) 午後2時~3時30分	講義「食事療法について」(管理栄養士) 運動療法ワンポイントアドバイス(理学療法士)
9月30日(火) 午後2時~3時30分	薬の相談会(薬剤師) インスリン注射手技確認(看護師・保健師) 運動療法ワンポイントアドバイス(理学療法士)
平成21年 2月17日(火) 午後2時~3時30分	講義「眼の合併症」(石原眼科医師) 「眼科の検査」(視能訓練士) 運動療法ワンポイントアドバイス(理学療法士)
平成21年 3月17日(火) 午後2時~3時30分	講義「コレステロールについて」(検査技師) 血糖自己測定手技確認(看護師・保健師) 運動療法ワンポイントアドバイス(理学療法士)