

2024年度 ふじたまちかど保健室 市民公開講座

専門職講座

看護師



講座の前に
“ひまわり体操”
を実施します。

場所：ふじたまちかど保健室

時間：午前 10：30～11：00

午後 14：00～14：30

※やさしい豊明ひまわり体操の後に講座をします。

※内容及び日程は表をご覧ください。



★注意事項★

- ・入室時には必ずマスク着用をしてください。
- ・健康状態によっては講座の参加をお断りする場合があります。
- ・暑さや寒さの調節ができる服装でご参加ください。
- ・日程及び定員数などが変更になる恐れがございます。週間予定表で確認をお願いします。

日程

内容(担当者)

日程

内容(担当者)

4月12日
(金)AM

慢性腎不全の特徴 (川上)

5月23日
(木)AM

慢性腎不全の治療 (岩瀬)

6月5日
(水)AM

慢性心不全の特徴 (都築)

7月9日
(火)AM

慢性心不全の治療 (伊藤)

8月6日
(火)AM

糖尿病の特徴 (梅村)

9月27日
(金)AM

糖尿病の治療 (川上)

10月24日
(木)PM

糖尿病の合症 (岩瀬)

11月8日
(金)AM

閉塞性肺疾患の特徴 (都築)

12月13日
(金)AM

閉塞性肺疾患の治療 (伊藤)

1月14日
(火)AM

がんの特徴 (梅村)

2月6日
(木)PM

がんの治療 (川上)

3月27日
(木)AM

がんの合併症 (岩瀬)

2024年度 ふじたまちかど保健室 市民公開講座

専門職講座

リハビリ専門職 薬剤師



場所：ふじたまちかど保健室

時間：午前 10：30～11：00

午後 14：00～14：30

※やさしい豊明ひまわり体操の後に講座をします。

※内容及び日程は表をご覧ください。

講座の前に
“ひまわり体操”
を実施します。



★注意事項★

- ・入室時には必ずマスク着用をしてください。
- ・健康状態によっては講座の参加をお断りする場合があります。
- ・暑さや寒さの調節ができる服装でご参加ください。
- ・日程及び定員数などが変更になる恐れがございます。週間予定表で確認をお願いします。

日程	内容(担当者)	日程	内容(担当者)
4月22日 (月) AM	ウォーキングのススメ (野々山)	5月22日 (水) AM	立ち上がり方講座 (武田)
6月13日 (木) PM	体幹の筋力維持の大切さ (鈴木)	7月11日 (木) PM	転倒予防 (鈴木)
8月7日 (水)PM	自宅でできる手足の運動 (武田)	9月4日 (水) PM	腰痛に対する体操と予防 (武田)
10月9日 (水) AM	薬の飲み方使い方 (飲み薬) (村岡)	11月11日 (月) AM	フレイルについて (野々山)
12月12日 (木) PM	痛みへの対処 (鈴木)	1月22日 (水) AM	薬の飲み方使い方 (外用薬) (村岡)
2月19日 (水) PM	お口の健康を守りましょう (小池)	3月12日 (水) AM	入浴剤を作ってみよう (村岡)

2024年度 ふじたまちかど保健室 市民公開講座

専門職講座 ケアマネジャー

場所：ふじたまちかど保健室

時間：午後 14：00～14：30

講座の前に
“ひまわり体操”
を実施します。



※やさしい豊明ひまわり体操の後に講座をします。

※内容及び日程は表をご覧ください。

★注意事項★

- ・入室時には必ずマスク着用をしてください。
- ・健康状態によっては講座の参加をお断りする場合があります。
- ・暑さや寒さの調節ができる服装でご参加ください。
- ・日程及び定員数などが変更になる恐れがございます。週間予定表で確認をお願いします。

日程

内容

担当者

4月15日（月）	介護保険のしくみ	近藤
6月17日（月）	出かけて受けるサービスを知ろう！	柴田
12月16日（月）	訪問で受けるサービスを知ろう！	三島
2月17日（月）	施設（入所）サービスを知ろう！	赤尾

講座以外にもケアマネジャーさんの相談会があります。
相談会の予定は週間予定表で確認してくださいね。

連絡先：ふじたまちかど保健室 TEL：0562-95-0311