

第47回

健康講座のお知らせ

事前申し込み制
※当日参加も可

「健康長生き」のための5つのポイント

日本は長寿化が年々進んでいますが、健康で長生きをするためには日々の生活で急病に対する予防がとて重要になります。そこで今回の講座では、簡単に心掛けることができる急病回避のポイントをお伝えしたいと思います。①物は小さくして食べる、②ぬるめの湯・短時間の入浴、③転ばない、④風邪をひかない、⑤人との交流、以上5つのポイントを心掛け実施することが「健康長生き」に繋がります。講演ではこれらについて少し詳しく解説します。今回の講演を、「健康長生き」のコツをつかむ機会としましょう。

参加
無料

日時

平成30年3月8日(木) 14:00 ~ 15:00

講演終了後、理学療法士による「けんこう体操」を行います。(10分間)
※体操を含め15:00までとなります。

場所

国際医療福祉大学熱海病院 地下1階大会議室

講師

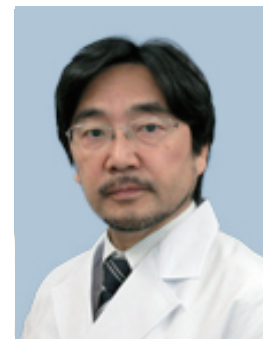
国際医療福祉大学 医学部教授
救急部部長

あじみ

やすひこ

安心院

康彦 医師



プロフィール

熊本大学卒、医学博士、日本救急医学会認定指導医・救急科専門医、日本脳神経外科学会認定指導医・脳神経外科専門医、日本脳卒中学会認定脳卒中専門医

2017年9月に着任した救急医療の専門医です。救急医療のスペシャリストで、経験豊富です。



国際医療福祉大学熱海病院

〒413-0012 熱海市東海岸町 13-1

アクセス

電車：JR 東海道新幹線 / JR 東海道線「熱海駅」より徒歩 8分

バス：JR 熱海駅より大学病院前下車

0557-81-9171

熱海駅前より無料送迎バスを運行

