

## よなは健康倶楽部&つながるカフェ年間計画（30年度）

日時	内容	講師	会場
30年4月19日 14時～16時	あなたは大丈夫？ ～いびき 耳・鼻・のどの病気～	医師	ヨナハ産婦人科小児科病院 1階多目的ルーム
5月17日 14時～16時	高血圧と食事	管理栄養士	〃
6月21日 14時～16時	脳にいい習慣 —脳卒中予防—	医師	〃
7月19日 14時～16時	年金のお話 —障害年金・医療費控除等々・・・—	社会保険労務士	〃
8月16日 14時～16時	最近、飲み込みが気になりませんか？ —嚥下機能の低下を予防する—	言語聴覚士	〃
9月20日 14時～16時	腰痛と手足のしびれ	医師	〃
10月18日 14時～16時	認知症になっても自分らしく生きる ～認知症の人の気持ちを知りやさしい街づくりを～	看護師	〃
11月15日 14時～16時	あなたの心臓は大丈夫ですか？ —不整脈について—	医師	〃
12月20日 14時～16時	咳や痰にお悩みではありませんか？	医師	〃
31年1月17日 14時～16時	花粉症について	医師	〃
2月21日 14時～16時	尿漏れ予防のトレーニング	理学療法士	〃
3月	祝日のためお休み		

※毎月第3木曜日午後2時～4時までの開催を予定しています。内容は変更する場合があります。

※毎回、“健康講話”、“体操”、“つながるカフェ（茶話会）”を開催します。

つながるカフェでは様々な企画を取り入れていきたいと思っておりますので、参加者の皆様のご協力を  
よろしく申し上げます。

### お車でお越しの方

●国道258号線「警察前」交差点南へ曲がりすぐ。

住所：桑名市和泉8丁目264-3（☎0594-23-2415）

### 公共交通機関でお越しの方

●桑名駅前バスターミナルのりばより南部ルート乗車で「ヨナハ総合病院前」停下車

●桑名市コミュニティバスのりばより南部ルート乗車で「ヨナハ総合病院前」停下車