

# みやき健幸セミナー 受講生募集

～いつまでも自立した生活を楽しむために～

変化していく生活リズムに合わせた様々なことを学んでいきませんか？  
くらしに役立つ各分野の専門家からわかりやすく解説していきます！

## ●開催場所

市村清記念  
メディカルコミュニティセンター  
2階プレゼンテーションルーム  
(佐賀県三養基郡みやき町大字白壁 1074 番地 3)

## ●参加費

各講座 1回 **200円**  
(みやき町在住の方)  
1回 **500円**  
(みやき町以外の方)

## ●募集人員

各講座 先着 **40名**

## ●お申込み (1 講座から受講可能です)

お電話にて受講を希望される講座の  
番号をお伝え下さい。席が空いてい  
ましたら、当日の参加も可能です。

## 講座内容

**毎週水曜日 「14:00～15:00」** (60 分間)

- |               |       |                           |       |
|---------------|-------|---------------------------|-------|
| ①呼吸器の病気について   | 1月14日 | ⑥食と健康                     | 2月25日 |
| ②認知症について      | 1月21日 | ⑦エンディングノートを作ろう            | 3月4日  |
| ③かかりつけ医と在宅医療  | 1月28日 | ⑧エンディングノートを作ろう            | 3月11日 |
| ④介護保険の仕組みと使い方 | 2月4日  | ⑨更年期セミナー                  | 3月18日 |
| ⑤筋肉を落とさない食事術  | 2月18日 | ⑩東洋医学で自然治癒力を<br>引き出すセルフケア | 3月25日 |

## 【申し込み・お問い合わせ先】

みやき統合医療クリニック通所リハビリテーション

TEL: 0942-85-7740 (月～土曜日: 9:30～17:00)

# 講座紹介

## 医療と病気の理解

### ① 1/14 (水) 呼吸器の病気について～身近な風邪から大病について～

講師：小江俊行（みやき統合医療クリニック院長）

### ② 1/21 (水) 認知症について

講師：手塚貴斗（みやき統合医療クリニック作業療法士）

### ③ 1/28 (水) かかりつけ医と在宅医療

講師：江口幸士郎（ふくらすずめクリニック院長）

### ⑩ 3/25 (水) 東洋医学で自然治癒力を引き出すセルフケア

講師：樋口大夢（九州医療専門学校副学科長）

## 食と健康

### ⑤ 2/18 (水) 筋肉を落とさない食事術～サルコペニア予防～

講師：木庭尚美（新古賀病院管理栄養士）

### ⑥ 2/25 (水) 食と健康

講師：原嘉男（一般社団法人ふるさと振興協会代表理事）

## 人生の備え

### ④ 2/4 (水) 介護保険の仕組みと使い方について

講師：松崎雄亮（社会医療法人天神会介護支援専門員）

### ⑦、⑧ 3/4 (水) 3/11 (水) エンディングノートを作ろう

講師：古城克尚（州都綜合法務事務所司法書士）

## 女性のライフステージ

### ⑨ 3/18 (水) 更年期セミナー～自分らしく輝くために～

講師：池田律子（産科・婦人科みやじまクリニック助産師）

【主催】みやき町メディカルコミュニティ推進課