

健康的に日常を生きることを応援する

# 「ホッと&ハートの会」

慢性呼吸器疾患や心不全、糖尿病などの生活習慣病で療養が必要な方やそのご家族、健康維持に関心がある方の健康的な生活を応援します。講話を聞いたり、情報交換をしたり、ストレッチ等の体操をしたりして、健康の維持・増進をはかってみませんか。

内容：講義と演習（健康相談・茶話会も行います）

10月28日（水）午後2時～4時

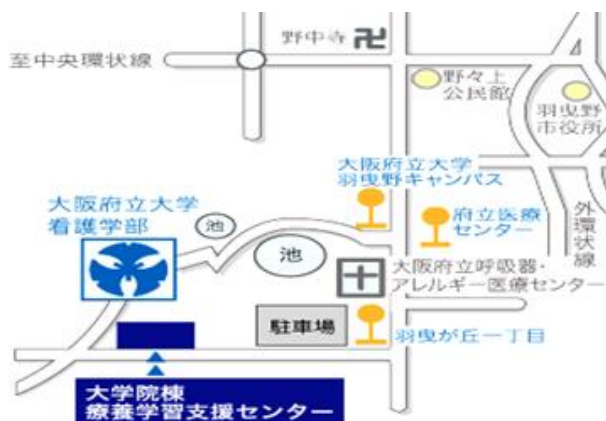
骨密度と転倒予防運動について

11月26日（木）午後2時～4時

感染予防、予防接種、手洗いについて

場所：大阪府立大学 療養学習支援センター

\* 駐車スペースが限られておりますので、なるべく公共交通機関でお越しください。



<http://www.nursing.osakafu-u.ac.jp/center/>

問い合わせ先：tel. 072-950-2111

大阪府立大学 看護学類 慢性看護学分野

南村二美代、旗持知恵子、

藪下八重、角野雅春

メールアドレス

minamimura@nursing.osakafu-u.ac.jp（南村）

chiekos@nursing.osakafu-u.ac.jp（旗持）