

はり姫健康講座

～健やかに暮らすためのお手伝い～

開講のお知らせ

今年5月、姫路市神屋町に「兵庫県立はりま姫路総合医療センター（はり姫）」が開院します。そこで、はり姫の西隣にあるアクリエひめじ（姫路市文化コンベンションセンター）がはり姫と連携し、『はり姫健康講座～健やかに暮らすためのお手伝い～』を地域の方に向け、この3月から月1回、無料で開講します。

食事がおいしくない、家の中でもよく転ぶ、家に引きこもり気味になる、よく眠れない、すぐに疲れる……

はり姫健康講座のお話が、日常生活を邪魔するちょっとしたことを解消し、健やかな暮らしへのヒントになるかもしれません。

ぜひお話を聞きにお越しください。

会 場：アクリエひめじ（姫路市神屋町143-2）**小ホール（2階）**

参加費：無 料

定 員：80名 ※予約不要・当日先着順

第1回：3月19日（土）

午後2時開講
（開場は30分前）

**食べ物を食べたらずせたり 詰まったりしませんか？
～どうして起こる どう防ぐ～**

講師：木下 芳一 氏

兵庫県立姫路循環器病センター 院長
社会医療法人 製鉄記念広畑病院 病院長

木下芳一 氏

第2回：4月22日（金）

午後2時開講
（開場は30分前）

転びやすい方必見！ いつまでも歩き続けるためのロコトレ習慣

講師：村津 裕嗣 氏

社会医療法人 製鉄記念広畑病院 副院長

《当日は、感染症予防対策を徹底したうえで開催します》

- ・ ご参加の際は、必ずマスクをご着用ください（不織布マスク推奨）
- ・ 当日、発熱（37.5度以上）や体調のすぐれない方は、参加をご遠慮ください

【主催】アクリエひめじ（指定管理者：姫路市文化コンベンションセンター運営共同事業体）

【共催】地域医療連携推進法人はりま姫路総合医療センター整備推進機構
兵庫県立姫路循環器病センター / 社会医療法人製鉄記念広畑病院

【問合せ】アクリエひめじ ☎079-263-8082