

いきいき!

健康教室

西仙台病院 市民公開講座

当院では地域の皆さまを対象に、医療や介護・健康に関する講座を定期的を開催しております。

当院の職員が、役立つ知識や技術などをわかりやすくお話しします。どなたでもお気軽にご参加ください！

※事前のお申込みをお願いします。

参加費
無料

2023
5月/6月

講座スケジュール

5/26 金

14:00～15:00

申込み締切 5/25

「予防」でこれからの季節を乗り切ろう！
～ 熱中症・食中毒について～

〔講師〕西仙台病院 管理栄養士 荒関莉奈

本格的に暑くなる真夏はもちろんですが、湿度が高い梅雨の時期からも熱中症や食中毒に注意が必要です。日常生活で簡単に取り入れられる「予防のポイント」をご紹介します。



6/15 木

14:00～15:00

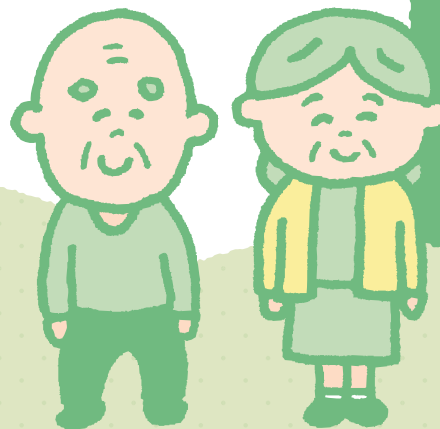
申込み締切 6/14

“うつ”を予防するこころのセルフケア
～ 自分でできる5つの工夫～

〔講師〕西仙台病院 公認心理師 後藤貴浩

ウィズコロナという不安が多い時代になり、気分の落ち込みを実感する人が増えているかも知れません。こんなときこそ自分でできる工夫で、こころの健康を取り戻しましょう！

こころの専門家が
お話しします



会場 | 宮城社会福祉センター 集会室

〒989-3125 仙台市青葉区下愛子字観音堂 27-1

定員 | 各回 25名〔要事前申込〕

感染症予防対策を講じたうえで開催いたしますが、開催日、開催内容等が変更になる場合がございます。当日はマスク着用、手指消毒にご協力をお願いいたします。

お申込み・お問合せ

IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会

西仙台病院 地域医療連携室

022-398-5526

病院
HP



〒989-3212 仙台市青葉区芋沢字新田 54-4

受付時間：平日 9:00～17:00 / 土曜日 9:00～12:30(祝日を除く)

