

「体とこころの健康を考える」 各種健康講座のご案内

第2回県民公開講座 「脳卒中とともに暮らす」

日時…11月3日(日) 13:30～15:20

場所…県民福祉プラザ 4階 県民ホール

内容…基調講演

▷「脳卒中の予防と治療」

弘前大学大学院 医学研究科脳神経外科学講座
教授 斉藤 敦志 氏

▷「高次脳機能障害とリハビリテーション」

弘前大学医学部附属病院 医療技術部
リハビリテーション部門

療法士長 作業療法士 西村 信哉 氏

▷「脳卒中の治療と仕事の両立」

独立行政法人労働者健康安全機構
青森産業保健総合支援センター
副所長 小林 忠 氏

* A E D、心肺蘇生法、血管年齢測定の体験コーナー
があります。

* 減塩食品サンプルの提供があります。

定員…300名

受講料…無料 * 申込不要

問い合わせ先…弘前大学医学部附属病院

脳卒中・心臓病等総合支援センター

Tel 0172-39-5459

メール noushincenter@hirosaki-u.ac.jp



治療中のあなたへ！「糖尿病講座」

日時…11月6日(水) 14:00～15:30

場所…働く婦人の家

内容

▷専門医のおはなし

駅前クリニック 村上 宏 院長

▷市管理栄養士おすすめ

「からだがよろこぶおにぎり」の試食

参加料…無料

申込み…11月1日(金)までに、電話または
右QRからお申し込みください。

問い合わせ・申込先…健康推進課 内線2381



こころの声を聴くために「傾聴講座」

日時・テーマ

▷11月15日(金) 10:00～12:00

自殺を未然に防ぐ、ゲートキーパーとしての傾聴術

▷11月22日(金) 10:00～12:00

対象者を理解する、模擬相談演習

▷11月27日(水) 10:00～12:00

聴くスキルを高める、傾聴の基礎と演習

場所…五所川原市民学習情報センター 視聴覚室

講師…弘前大学大学院保健学研究科 総合リハビリテ
ーション科学領域 田中 真 准教授

持ち物…筆記用具、眼鏡(必要な方)、飲み物

申込期限…11月8日(金)

料金…無料

申込み…電話または右QRからお申し込
みください。

問い合わせ・申込先…健康推進課 内線2383



ファミリー・サポート・センター提供会員を募集しています！

ファミリー・サポート・センター(ファミサポ)は、子育てのサポートを受けたい方(依頼会員)と、サポートを行いたい方(提供会員)が会員となり、子育ての助け合い活動を行っている組織です。「養成講座」を受講すればどなたでも提供会員として活動できますので、興味のある方は一緒に活動してみませんか？

主な活動内容

▷子どもの一時預かり

▷送迎など

(保育施設や学童保育、習い事等)



報酬等

30分あたり400円～440円

* 市の活動助成制度もあります。

(1時間200円、1時間未満100円)



「ファミサポ提供会員養成講座」(無料)

日時…10月24日(休)

場所…働く婦人の家3階 第3講習室(託児あり)

内容

▷9:00～10:30 小児看護の基礎知識

▷10:40～12:10 子どものヒヤリハット事例の対応

▷13:00～16:00 普通救命講習Ⅲ

問い合わせ・申込先

五所川原市ファミリー・サポート・センター

Tel 090-9537-5284またはファミサポLINE(左QR)