



平成30年 **7月11日(水)**  
13:30~14:30 (開場13:00)

場所

**大原記念ホール**  
(上町テラス2階)



テーマ

**「食中毒予防、手の清潔」**

講師

**紺野 広美** (管理栄養士)

**茨木 直子** (感染管理認定看護師)

**病院5階レストランは**  
**ヘルシーメニュー**  
当日限定 11:30~14:00  
**こんにゃくときのこのコロッケランチ 580円(税込)**

人気のコロッケに食物繊維が豊富な食材5品目を刻んで加えました。食物繊維をたっぷり摂り、腸内環境を整えましょう。

【お問い合わせ先】大原記念財団 総務部総務課 TEL 024-526-0300 (代)

# 延ばそう！健康寿命！

Special

~波恵ダンスとコラボ~

6月15日(金)

7月13日(金)

8月17日(金)

9月21日(金)

満員御礼

楽しいアクティビティニアライフ

~延ばそう！健康寿命！~

全4回コース

ラクラク体操  
ワクワク脳トレ  
健康トーク



要申込  
詳しくは裏面を

<講師>  
石山 波恵 先生  
有) 波恵ダンス代表取締役

受付終了となりました！  
お申し込み不要の  
「今日からはじめる健康づくり」シリーズ  
へのご参加をお待ちしております！

お申込：024-526-0338 (総務課・平日 9:00~17:00)

平成30年度スケジュール



ミッション  
参加事業

スマホをお持ちください！

お好きな講座にご参加ください

今日からはじめる健康づくり！

お申込  
不要

5月18日(金)

・お口の清潔

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

佐藤 悠紀(歯科衛生士)

茨木 直子(感染管理認定看護師)

6月20日(水)

・睡眠時無呼吸症候群について～いい眠りが健康の源～

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

石橋 敏幸(副院長・健診予防センター長)

佐藤 康弘(臨床検査技師)

7月11日(水)

・食中毒予防、手の清潔

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

紺野 広美(管理栄養士)

茨木 直子(感染管理認定看護師)

8月 7日(火)

・乳がん早期発見のために！乳がん検診をうけよう！

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

鹿目 明子(乳がん看護認定看護師)

鈴木 秋穂(診療放射線技師)

9月12日(水)

・メタボを予防しよう！

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

後藤 光弘(内科医)

江端 唯(管理栄養士)

10月10日(水)

・減塩で心疾患と脳血管疾患を予防しよう

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

石橋 敏幸(副院長・健診予防センター長)

矢吹 圭子(管理栄養士)

11月 7日(水)

・インフルエンザ、肺炎予防！

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

三島 博(小児科医)

北目 真希(言語聴覚士)

12月 5日(水)

・冬の感染予防「感染性胃腸炎と肺炎予防」

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

三島 博(小児科医)

茨木 直子(感染管理認定看護師)

1月16日(水)

・家族が突然倒れました！どうしますか？！

・13:30~14:30 大原記念ホール(上町テラス2階)

石橋 敏幸(副院長・救急蘇生インストラクター)

石井 裕也(HCU看護師長)

※なお「けんこう講座」は指定駐車場割引対象とはなりません。ご了承ください



会場／大原記念ホール

上町テラス2階(福島市上町5-6・大原綜合病院北側ビル)



大原記念財団  
OHARA MEMORIAL FOUNDATION

024-526-0300(代)



【主催】一般財団法人 大原記念財団  
【共催】有限会社 波恵ダンス

【後援】福島市、福島商工会議所、福島民報社、福島民友新聞社、  
福島ヤクルト販売、シティ情報ふくしま、福島リビング新聞社、  
福島コミュニティ放送 FM ポコ