

第6回西湊地区「健康教室」を開催しました

地域医療連携室

平成26年7月12日(土) 14時から七尾市西湊公民館において西湊地区健康まちづくり推進連絡会主催による『健康教室(当院が全面的に協力)』が開催され、当日は、西湊地区健康まちづくり推進員の声かけや地区広報誌をご覧になった方々など多くの方に参加されました。

内容と当日の状況は次のとおりです。

14:00～14:50	健康チェック(測定酸素飽和度、血圧、血糖、体脂肪、血管年齢、肺機能測定及び検査結果に基づいた医師による健康相談)
15:00～16:30	講演
演題1	「息切れについて」 講師：藤村 院長
演題2	「転倒予防について」 講師：松田 主任理学療法士

健康チェックは、看護師等によるコメントや医師の健康相談により、「親身に話を聞いてもらえた」、「最近気になる症状を質問できた」という言葉も聞かれました。



講演の演題1「息切れについて」は、藤村政樹病院長から、息切れの原因としては、呼吸器疾患である上気道疾患や気管支・肺疾患、心臓疾患、貧血、心因性、

代謝性疾患、神経筋疾患、ガス中毒や酸素不足が挙げられ、各疾患において、有名人をその代表として紹介しながら説明することで会場からは、「誰でも罹る可能性のある疾患だと分かった」という声が聞かれて、身近な疾患であることへの理解につながりました。

演題2「転倒予防について」は、松田崇主任理学療法士から、転倒予防はなぜ必要か・原因・姿勢について・転びにくい体を作ることに關して実際の体操を交えながら説明いたしました。



全体を通しては、「講演だけでなく、運動もあったので、身体を伸ばすこともできて、目が覚めて最後まで聞けました」、「健康チェックも講演も大変参考になりました」という参加された皆様方からの様々な感想が寄せられました。また、当院スタッフに健康相談をしている場面や、講演を積極的に受講される様子からは、日頃から健康作りに対する興味・関心が高いことが伝わってきました。七尾病院は次年度も地域皆様の健康作りに協力して参ります。