

第9回健康教室を開催しました

～その薬、本当に正しく飲めていますか？～

今回の健康教室では、薬剤師を講師にお迎えし、「薬との上手な付き合い方」についてお話しいただきました。

薬は病気を治すために大切な役割を果たしますが、私たち自身が持っている自然治癒力も健康を維持するうえで大切であることを学びました。

「薬について、服用方法を見直すきっかけになった」「参考になった」といった感想も聞かれ、参加者の皆さまには、楽しく学んでいただきました。

免疫力を保つために、日頃からできる6つのポイントを紹介します。



当院では、今後も地域の皆さまの健康づくりに役立つ健康教室を継続して開催していく予定です。

どなたでもご参加いただけます。

ぜひご参加下さい。