

精神保健家族教室

無料

精神障がいのある方の家族の皆さんと一緒に学び、本人・家族にとってよりよい生活環境を作りましょう。

- ▶日時 2月16日(土) 午後1時半～
- ▶場所 市民会館2階第9会議室
- ▶演題 「はたらくをささえる、暮らしに寄り添う」
- ▶講師 林田 協子さん(熊本県精神障害者福祉会連合会)
- ▶対象 市内に住む精神に障がいのある方と家族(入院患者の家族も可)
- ▶定員 50人
- ▶申込 当日直接会場へ
(精神保健福祉室 ☎361-2293)

いのちの大切さを考えるシンポジウム

無料

いのちの大切さについて皆さんで考え、理解を深めませんか。

- ▶日時 3月17日(日) 午後2時～(開場:午後1時半)
- ▶場所 ウェルバルくまもと1階大会議室
- ▶演題 「いのちの大切さを考える」
- ▶講師 村上 美香さんほか2名
- ▶対象 市内に住む方
- ▶定員 200人(先着順)
- ▶申込 2月18日から氏名、電話番号を電話(☎334-1500)またはホームページ(higomaru-call.jp)でひこまるコールへ
(精神保健福祉室 ☎361-2293)

自死遺族グループミーティング

大切な方を自死(自殺)で亡くされた方々が、安心して悩みや苦しみを話せる場所です。

- ▶日時 2月21日(木) 午後2時～4時
- ▶場所 ウェルバルくまもと3階
- ▶対象 家族など大切な方を自死(自殺)によって亡くした遺族
- ▶申込 当日直接会場へ
詳しくは、こころの健康センター(☎362-8100 平日午前9時～午後4時)へ。

依存についてお困りではありませんか

アルコールや薬物・ギャンブルなどの依存に伴う問題に対応するために、以下の事業を行っています。

①依存症個別相談(月1回)

※電話で申し込みください。

- ▶対象 依存症に悩む本人、家族
- ▶場所 ウェルバルくまもと3階

②依存症家族教室

(1)「依存症の理解」

- ▶日時 2月5日(火) 午後6時半～8時半
- ▶場所 ウェルバルくまもと1階
- ▶講師 比江島 誠人さん(医療法人横田会 向陽台病院副院長)
- ▶対象 依存症に悩む家族

(2)依存症回復者の体験談(薬物依存症)

- ▶日時 2月19日(火) 午後1時半～3時半
- ▶場所 ウェルバルくまもと1階
- ▶対象 依存症に悩む家族

③依存症当事者グループミーティング(月2回)

- ▶対象 依存症に悩む本人
- ▶場所 ウェルバルくまもと3階

【共通】

- ▶申込 ②③は、初めての方はまずお電話くだ

さい

詳しくは、こころの健康センター(☎362-8100 平日午前9時～午後4時)へ。

ひきこもり家族教室

- ▶日時 2月15日(金) 午後1時半～3時半
- ▶場所 ウェルバルくまもと3階会議室301・302
- ▶演題 ポジティブコミュニケーション&座談会
- ▶対象 ひきこもりのことでお悩みの家族
- ▶申込 初めてのの方は事前面談の予約が必要です

詳しくは、電話(☎366-2220 平日午前9時～午後4時)またはホームページ(<http://www.kumamoto-link.com/>)でひきこもり支援センター「りんく」へ。

ひきこもり出張型支援

- ▶場所・期日 東区 2月6日(水)、南区 2月13日(水) 西区 2月20日(水)、北区 2月22日(金)
- ▶対象 ひきこもりのことでお悩みの本人または家族
- ▶申込 初めてのの方は事前に予約が必要です
詳しくは、電話(☎366-2220 平日午前9時～午後4時)またはホームページ(<http://www.kumamoto-link.com/>)でひきこもり支援センター「りんく」へ。

けんこう

第5回看護師スキルアップ研修 無料 ～小児の医療的ケア・初中級編～

- ▶日時 3月18日(月) 午前10時～正午
- ▶場所 くまもと森都心プラザ6階A・B会議室
- ▶内容 小児の胃ろうチューブ、気管カニューレの取扱い方法・トラブル対処など
- ▶講師 小篠 史郎さん
- ▶対象 子育てなどで休職中の看護師や小児の医療的ケアに自信をつけたい看護師
- ▶定員 15人
- ▶申込 2月5日から電話(☎373-5653)または右の二次元バーコードから熊本大学医学部附属病院小児在宅医療支援センターへ



(医療政策課 ☎364-3186)

AEDの適切な管理を

AEDは、適切な管理が行われなければ、緊急時に作動せず救命効果に重大な影響を与えるおそれがあります。AEDを設置している方は、緊急時にAEDを正常に使用できるように、インジケータの表示などの日常点検や、消耗品(パッド・バッテリー)の管理を適切に実施してください。消耗品の交換時期などはメーカーで異なりますので、AEDの販売店などに相談してください。

(医療政策課 ☎364-3186)

糖尿病教室

無料

- ▶日時 2月12日(火) 午後2時～3時半
- ▶場所 市民病院新館2階外来前待合広場
- ▶内容 1. 歯科領域合併症
太田 和俊(歯科口腔外科)
2. 皮膚科合併症 加口 敦士(皮膚科)
- ▶申込 当日直接会場へ
(市民病院内科外来 ☎365-1711)

健康教室

無料

- ▶日時 2月21日(木) 午後1時～2時半
- ▶場所 植木病院2階会議室
- ▶内容 ①講話「骨折 痛い!～地域包括の利用について～」
紫垣 光久(植木病院整形外科医師)
②「熊本市の状況」(国保年金課)
③「いきいき百歳体操」(ささえりあ植木)
- ▶対象 どなたでも
- ▶定員 40人(先着順)
- ▶申込 2月4日午前9時から電話(☎328-2280)で国保年金課へ



「CKD(慢性腎臓病)予防講演会」開催

無料

3月の第2木曜日は「世界腎臓デー」です。本市は全国の中で人工透析者数が多い状況であり、CKD対策に取り組んでいます。人工透析の原因第1位は、糖尿病です。今回、世界腎臓デーにあわせてCKD予防講演会を開催します。

- ▶日時 3月17日(日) 午後1時～4時(受付:正午～)
- ▶場所 市庁舎14階大ホール ※市庁舎南側玄関からエレベーターで14階へお越しください。
- ▶内容 <第1部 講演>
「糖尿病について」 樋川 岩穂(熊本市市民病院代謝内科)
「糖尿病と腎臓病 あなたの腎臓は大丈夫?」 宮中 敬(熊本市市民病院腎臓内科)
<第2部 健康ブース>
尿検査キット配布、健康相談、CKDや減塩に関する資料の配布など
- ▶対象 市内に住む通勤・通学する方
- ▶定員 150人(先着順)
- ▶申込 2月6日～3月8日までに、電話(☎334-1500)かホームページ(higomaru-call.jp)でひこまるコールへ
詳しくは、健康づくり推進課(☎361-2145)へ。

