

病気を管理しながら元気に生きることがを応援する

# 「ホッと & ハートの会」

慢性呼吸器疾患や循環器疾患、生活習慣病などで療養されている方々の集いの場です。同じ病気で療養されている方々とお話したり、ためになる講話を聴いたり、呼吸筋ストレッチなどの体操で健康の維持・増進をはかってみませんか。ぜひ、お気軽にご参加ください。

**9月18日(水)午後2時～4時**

**内 容: 講義とミニ演習**

**\*茶話会も行います。**

**★「楽に生活する方法: 呼吸リハビリテーション」**

**講 師: 伊藤健一先生**

**(大阪府立大学総合リハビリテーション学類)**

**場 所: 大阪府立大学 療養学習支援センター**

**\* 駐車スペースが限られておりますので、なるべく公共交通機関でお越しください**



<http://www.nursing.osakafu-u.ac.jp/center/>

問い合わせ先: tel. 072-950-2111

大阪府立大学 看護学類 慢性看護学分野

藪下八重、旗持知恵子

角野雅春、南村二美代

メールアドレス

[y-yabushita@nursing.osakafu-u.ac.jp](mailto:y-yabushita@nursing.osakafu-u.ac.jp) (藪下)

[chiekos@nursing.osakafu-u.ac.jp](mailto:chiekos@nursing.osakafu-u.ac.jp) (旗持)