

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、糖尿病などの生活習慣病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、ためになる講話を聞いたり、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。

**10月30日（水）午後2時～4時**

内 容：講義と情報交換

\* ミニ演習・健康相談・茶話会も行います。

★ 講義：「多くの薬をうまく管理する方法」

碓氷尚子先生（大阪府立呼吸器・アレルギー医療センター 薬剤師）

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（代）

大阪府立大学 地域保健学域看護学類 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）

