

11月の芦屋病院公開講座

日時 11月8日(土) 午後2時～3時30分

会場 芦屋市民センター 401室

テーマ

『婦人科疾患と運動について』

講師

市立芦屋病院

産婦人科 みやた ひろみ 宮田 明末 医師

甲南女子大学

看護リハビリテーション学部理学療法学科

やまもと あやこ 山本 綾子 教授

月経困難症や更年期障害、骨盤臓器脱などは多くの女性が経験し得る身近な婦人科疾患です。運動を取り入れることで、予防や症状の軽減につながることをご存知でしょうか。

女性の健康を支える「運動療法」について、産婦人科医と理学療法士がわかりやすく解説します。実際に体を動かしながら実践的に学べる時間もあり、日常生活にすぐ取り入れられる運動法を体験できます。

若い世代からシニア世代まで、ぜひご参加ください。

2025年度下半期 芦屋病院公開講座のご案内

◇ 時間：午後2時～3時30分 定員：90人 受講：無料

月 日(曜)	場 所	内 容	講 師
12月13日(土)	芦屋市民 センター 401室	知っていれば怖くない 乳がんのはなし	外科 佐々木 亨 医師
2026年 1月10日(土)		脾臓の病気について	消化器内科 中水流 正一 医師
2026年 2月14日(土)		「がん」ってどんな病気 - がんの基礎知識 -	血液内科、腫瘍内科 水木 満佐央 医師
2026年 3月14日(土)		変形性膝関節症の治療	整形外科 名和 巖 医師

■直接会場にお越し下さい。

※感染症の影響や天候不良に伴い、講座を中止する可能性がありますのでご確認をお願いします。

■問い合わせ先 芦屋市立公民館 〒659-0068 業平町 8-24 Tel 0797-35-0700