



世界禁煙デー取り組みのご案内

毎年5/31は世界保健機関(WHO)が定める「世界禁煙デー」です。

今回、理事会健康づくり委員会では家族や友人に喫煙者がいらっしゃる方の「心配ごと・苦労エピソード」と「禁煙ポスター」を募集します。

①周囲の喫煙者の方に関するエピソード
・200字程度の文章をお寄せください。
※手書き、パソコンどちらでも構いません

②禁煙ポスター
・応募サイズはA3サイズ用の紙です。
切:4月30日(金)

*お寄せ頂いたエピソードとポスターは編集し、匿名にてニュース(からだとくらしなど)に掲載させていただく場合がございますのでご了承ください。
また、ポスターは虹の会館などに掲示する場合がございます。



お問合せ・申込み:
健康まちづくりセンターまで
TEL(082)879-8124
Eメール:sosikibu@urban.ne.jp

ウォーキングサークルより(里山登山)

今月は、神話伝説の山・白鳥山(453m)に登り、松子山(524.4m)へ縦走してJR西条駅に下山します。
(上り1時間30分)初心者コース

とき:4月22日(木)
集合場所:JR西高屋駅
集合時間:午前9:35

雨天の場合は中止です。
*当日参加もOK
*山登りに適した靴・服装
でお越しく下さい



おすすめのダイヤ
あき亀山駅発7:39~広島駅8:25着
広島駅発8:49~海田市駅9:30着

お問合せ:
090-6841-7819 梶原
090-8600-8315 中井まで

コロナの影響によっては、日程変更する場合があります、広島医療生協のHPをご確認ください。

2021年 地域まるごと健康づくり

はじめよう 初心者大歓迎!

健康ウォーキング

~足腰を鍛えて、フレイル予防~

日時:4月28日(水)9:30集合

集合場所:虹の会館1階「ほっこり」
(広島共立病院北側)

・ほっこり前で受付後、緑井第4公園に移動後、準備体操を行います。



【コース】

緑井第4公園→せせらぎ公園
→緑井第4公園(往復約4km)

*小雨決行(大雨の場合は中止)

*飲み物・帽子・タオル・マスクを持参ください。

*いきいきポイント事業対象です。手帳をお持ちの方は持参してください。

ご注意

- ・新型コロナの感染が拡大した場合は、中止になります。
- ・感染症対策と中止の場合、連絡させて頂くため、必ず申込をお願いします。

お問合せ・申込み:健康まちづくりセンター
TEL(082)879-8124

広島共立病院

4月度医師体制表の変更について

「からだとくらし」掲載の4月の診療案内について一部変更がありますのでお知らせします。

内科:金曜日午前 吉國医師→橋本医師
健診:木曜日午前 酒井医師→診療なし
皮膚科:月~金曜日の午後診療
稲束医師→診療なし

詳しくは、広島共立病院のホームページを参照頂るかお問い合わせください。

広島共立病院 ☎(082)879-1111(代表)