



ココロの会 会報 第12号

発行日 平成25年3月吉日

発行 ココロの会 事務局

## 第12回ココロの会行事 勉強会開催

毎年1回開催しています「ココロの会勉強会」を平成24年11月17日（土）にKKR札幌医療センター内の健康管理センター2階会議室で行いました。

会員、スタッフ共に大変お忙しい中、多くの出席者、スタッフの出席をいただきました。

今回の勉強会は、都合により短い時間となってしまいましたが、盛り沢山の講演をいただき大変有意義な会となりました。

勉強会の内容を簡単ですが、ご報告いたします。

1) 会長の挨拶 信田会長よりご挨拶

2) 薬剤師 石村 彰啓先生による

「これで安心!! お薬のあれこれ Q&A」

お薬は、いつも服用しているせいか、大事な約束事を、うっかり忘れていたり、いつの間にか間違った飲み方や使い方をしているものです。

今回の講演で改めて正しい飲み方を勉強し、かつ最近よく見聞きするジェネリック医薬品の知識も学べて大変有意義な講演でした。

3) 理学療法士 山越 霞先生による

「ストレッチで血流をよくしよう」

冬になると運動不足になるため、勉強会の際にはいつも運動の講習をいただいています。

この際に正しい運動と呼吸を思い出して実践して行きたいと思います。

4) 循環器センター長 斉藤 俊一先生による

「急性冠症候群の治療」

昨今、テレビや雑誌等でいろいろな情報が氾濫しているなか、実践的かつ治療方法の正しい判断方法を勉強いたしました。

ココロの会の会員各位は、循環器の括りではありますが病気も治療方法も千差万別である事も教えていただきました。

5) 閉会の挨拶

築詰先生より、勉強会の総括と冬に向かっての励ましのお言葉をいただきました。



講演中の石村先生



皆さんでストレッチ運動

## 今後の活動予定

- ・ 平成24年度の活動は終了いたしました。
- ・ 平成25年度は総会を4月に開催いたしますので皆様のご参加をお願いいたします。

## 編集後記

会報第12号を発行いたしました。

今後も活動報告のみならず、皆様から寄せられる体験談や最新情報などで内容の拡充を図りたく皆様のご協力をお願いいたします。