

## 第 2 回 呉市健康イキイキ講座(報告)

8月24日(金)に、「第2回呉市健康イキイキ講座」(呉共済病院と呉市と共催)を吉浦まちづくりセンターで開催しました。

第2回目は、「心臓病のお話！パート1」というタイトルで行いましたが、日中34°を超える炎天下にもかかわらず13名の方にご参加をいただきました。

講座の内容については、絵図や動画を使いながら大変分かり安い説明があり、熱心にノートをとられる方もおられました。

(1部) 栄養指導科の川口栄養指導科長から、減塩についてというテーマで“1日の塩分摂取の適正量”、“食材による塩分量”、“減塩の方法”等について

(2部) 臨床検査部の西山技師長から、心臓の検査についてというテーマで“臨床検査部の業務内容”、“心電図と心臓超音波の検査内容と検査の仕方”等について

講演後の質疑応答では、①「塩分を取った後に中和する方法があるのか」、「腎臓が悪いがカリウムをたくさんとっていいのか」、②心臓超音波検査で見えにくい人はどのように対処するのか」等の熱心な質問をいただき有意義な講演会となりました。

(講演風景1部)



(講演風景 2 部)



以上