

定員100名
先着順
参加無料

令和7年度

市民健康づくり講座

＋第三次八戸市健康増進計画 特別講演



日時	演題	講師
7/16 (水) 14:00～15:30	コレステロールが高い方必見！ 丈夫な血管を保つポイント	はるみ眼科・循環器内科クリニック 院長 向井田 春海
7/25 (金) 14:30～16:00	<第三次八戸市健康増進計画 特別講演> あなたは本当に 高血圧症を知っていますか？	青森県健康医療福祉部 部長 守川 義信 (日本循環器学会 循環器専門医)
8/21 (木) 13:30～15:00	40歳以上の8割？！ 知って得する歯周病予防	WATANABE DENTAL CLINIC 院長 渡辺 理平
9/18 (木) 13:30～15:00	早期発見で9割が治る！ 胃がん予防の基本	八戸市立市民病院 消化器内科医長 谷地 一真
10/16 (木) 13:45～15:15	若さと健康を保つために 今日からコツコツ 骨粗しょう症対策	和田整形外科クリニック 院長 和田 誠之
10/29 (水) 14:30～16:00	話題の帯状疱疹ワクチン ～どのタイミングで どちらのワクチンを接種するべきか～	北村皮膚科 院長 北村 英夫
11/14 (金) 14:30～16:00	糖尿病について考えてみませんか	八戸市立市民病院 糖尿病代謝内科部長 工藤 貴徳
12/4 (木) 14:00～15:30	肺の生活習慣病 COPDについて	健呼吸器内科・アレルギー科 クリニック 院長 鹿内 俊樹
2/4 (水) 14:00～15:30	ストレスの多いあなたに 目覚めが変わる 睡眠と休養のススメ	八戸マナクリニック 院長 岡田 元
3/5 (木) 13:30～15:00	アレルギー性鼻炎と睡眠のお話	北村耳鼻咽喉科医院 院長 北村 剛一

会場：八戸市総合保健センター
1階 大ホール

(田向三丁目6番1号)
「イオン田向店」バス停下車 徒歩2分。

【オンデマンド配信の視聴について】

▶ マークがある講座は後日オンデマンド
配信を行います。
視聴をご希望の方は、予約が必要です。
詳細は市ホームページをご確認ください。

- ◆ 日時・開催方法・内容等が変更になる場合もございます。詳細は、広報はちのへ、市ホームページをご参照ください。
- ◆ 受付は開始時間の30分前から実施しております。
- ◆ 八戸市医師会ホームページの「健康一口メモ」に過去の健康教室の内容を掲載しております。