

5月8日 第15回生活習慣セミナー2016を開催しました

5月8日、今年も晴天の下とくしま健康フォーラムの事業である「第15回生活習慣セミナー2016」が開催されました。日浅院長は「15年間1度も雨が降ることなく開催されてきました。医師と1日過ごすことで、さまざまな相談ができるようにと始められたので、気軽に声をかけてください」とあいさつしました。

参加者はウォーキング前後で血圧・血糖値の計測を行ったほか、市民公開講座ではメタリックシンドロームなどの生活習慣を見直すポイントについて聴講しました。その後、新緑の中でウォーキングを楽しみ、帰院した方から順にホスピタルカフェ特製「カレー味のシフォンケーキ」と「ゆずカルピス」で運動の疲れを癒しました。

参加された68才の女性は「友人に誘われて初めて参加しました。講演はとても勉強になったし、普段運動をしないのでいい機会になり良かったです。来年も参加しようと思っています」と笑顔で話されました。

