

令和 8 年 9 月 1 日発信

件 名	地域に開かれた診療所を目指して「sakutto（サクッと）健康講座」をスタートします ～医療・リハビリ・栄養の専門職が、地域の健康づくりを応援～
-----	---

日 時

令和 8 年 9 月 10 日（木） 14 時 00 分 ～ 14 時 30 分

場 所

美作市立作東診療所（待合室） 住所：美作市江見 280

内 容

美作市立作東診療所では、地域の皆さんにとって病気やけがをした時に訪れる「診療の場」ではなく、日頃から健康について気軽に相談できる身近な存在となることを目的に、「sakutto（サクッと）健康講座」をスタートします。

第 1 回は「転ばない身体をつくろう！」をテーマに、医師・理学療法士・管理栄養士がそれぞれの専門性をいかし、転倒予防の歩き方や身体の動かし方、骨を丈夫にする食事、転倒リスクにつながる症状について 30 分のミニ講座を行います。

専門職の話をもっと身近に、健康についてもっと気軽に。

今後もさまざまなテーマで開催し、地域とともに健康づくりに取り組む予定です。

※sakutto = 作東 + サクッと（気軽に）をイメージしています

問い合わせ先：美作市立作東診療所 皆木 ☎0868-75-2772

