

⑥ その他のメニュー



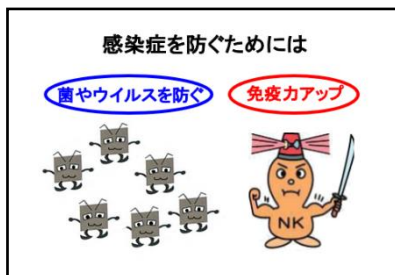
所要時間：各30分程度

感染症予防・熱中症予防・乳がん予防などその他のメニューもあります。

PTAや親子教室、離乳食のお話もあります。集まりに合わせたお話の提案をいたしますので、お気軽にご相談ください。

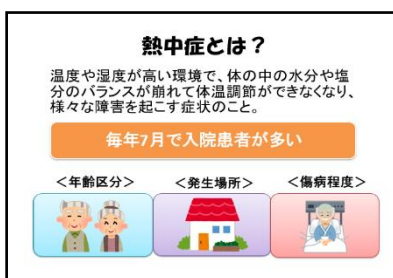


内容



感染症予防。

インフルエンザや夏風邪など1年を通して感染症は対策が必要になってきます。うがいや手洗い・口腔ケア・水分補給・免疫力アップなどの予防法を知って意識を高めましょう。



熱中症予防。

年々暑くなってる日本の夏。熱中症患者も毎年増加傾向です。中でも高齢者は、熱中症になると重症化しやすいと言われています。対策を学んで暑さに負けないからだ作りをしましょう。



乳がん予防。

日本人の11人に1人の女性が発病してしまうと言われている“乳がん”。日頃からのセルフチェックや食生活など予防のために必要な内容を知りましょう。