

第1回川口地区 心の健康講座 開催報告

10/27 八王子市川口町やまゆり館にて八王子高齢者あんしん相談センター川口(地域包括支援センター)と八王子社会福祉協議会ボランティアセンターの協力のもと、当院では初めて市民公開講座を開催し、31名のご参加を頂きました。



院長・三根より「体の不調から見つけるサイン」をテーマに日々の小さなストレスの積み重ねから頭痛や倦怠感などの身体不調につながることや、ストレス対処のヒントなどを話題に講演を行いました。

後半ではリハビリテーション科係長作業療法士・鷹野よりアロマセラピーのワークショップを行い、参加者からは地域の高齢者サロンやサークル活動への出張講座を希望される声もありご好評いただきました。



地域の皆さまから「今後もぜひ開催してくださいね」とお声かけ頂き、地域への恩返しのためにも継続していきたいと思っております。