

らくらく呼吸教室



みなさん、一緒に呼吸の勉強をしませんか？
息切れを伴う呼吸器のご病気でお悩みの患者さん、又は
そのご家族、介護者の方を対象に『らくらく呼吸教室』を
開催しています。どなたでもお気軽にご参加下さい！
各回ごとに『テーマ』を決めていますが、興味のある回
だけに参加して頂いても構いませんよ！！

テーマ	講 師	開催日 2026 年
運動療法① 筋力トレーニング、ストレッチ方法を理学療法士が紹介します。	呼吸器内科医師 理学療法士	3 月 5 日
運動療法② 筋力トレーニング、ストレッチ方法を理学療法士が紹介します。	呼吸器内科医師 理学療法士	5 月 7 日
日常生活での動作の仕方 呼吸が楽になる日常生活の動き方を作業療法士が紹介します。	呼吸器内科医師 作業療法士	6 月 4 日
栄養、日常生活での注意 管理栄養士が、食事のアドバイスを！看護師が、毎日の生活で 注意してほしいポイントをアドバイスします。	呼吸器内科医師 管理栄養士 呼吸器内科病棟看護師	7 月 2 日
肺の病気に使う薬、吸入薬 薬剤師が、吸入薬の使い方等サンプルを使ってお教えします。	呼吸器内科医師 薬剤師	8 月 6 日

- 場所：1 階講堂
- 時間：13：00～14：30 頃
- 費用：無料
- 予約：不要



主催： 神戸市立医療センター中央市民病院 呼吸器内科
協催： 帝人ヘルスケア株式会社