

ハピネス城西 ～あなたが主役～

ス・タ・ツ・ラ・紹・介

吉富 昭
精神科医

akira
yoshitomi



昨年11月12日より城西病院に勤務しています。昭和52年に徳島大学を卒業し、長い間、香川県で仕事をしていました。急性期治療病棟を運営している病院に勤務するのは初めてで、初めは戸惑いましたが少しずつ慣れてきました。当直の夜に救急の患者さんが来られることも少なくないので、健康には注意しようと思っています。電子カルテが導入されるため、同僚の先生に教えてもらいながら目下勉強中です。地域精神医療に少しでも貢献したいと思っていますので、よろしくお願いします。

イベント
紹介

第6回 公開講座「不眠症について」



城西病院では年に1回、地域にお住まいの方の「心と身体の健康づくり」に貢献することを目指した講座を開催しています。今年は第6回目を迎え、126名の参加がありました。

第1部シンポジウムでは、医師より睡眠や不眠のタイプ・不眠症の原因、日常生活の中で解消できる不眠症対策等について講演がありました。薬剤師からも睡眠薬の正しい使い方についての説明があり、参加された方々から、「良い話を聞いた。」という言葉をいただきました。

第2部「太極拳」体験では、四国大学助教である范永輝先生を迎えました。先生とお仲間の方達に披露していただいた太極拳は、目を奪われるほど優雅で迫力があり、本当に楽しく鑑賞することができました。参加者も簡単な体操や踊りを体験しましたが、中国音楽の音色が身体をリラックスさせてくれ、良い睡眠を得られるような効果を身体で感じました。

公開講座は来年も開催予定です、今後も皆様の参加をお待ちしています。

