



区民健康フォーラム 2017



13:15~14:45

講演第1部

13:15~

1 骨の健康を考えるーかくれ骨粗鬆症とは
おぎくぼ痛みのクリニック 福田 憲昭

13:45~

2 更年期をハッピーに乗り切ろう!
~もっと気軽に、婦人科受診のススメ~
アトラスレディースクリニック 塚田 訓子

14:15~

3 パパ・ママ・じいじ・ばあばのための
子どもの救急講座
柿田医院 柿田 豊

15:00~16:00

講演第2部

演題

「私の仕事から」

作家 林 真理子



プロフィール

1954年山梨県生まれ。日本大学芸術学部卒、86年『最終便に間に合えば京都まで』で直木賞、95年『白蓮れんれん』で柴田錬三郎賞、『みんなの秘密』で吉川英治文学賞を受賞する。現在、直木賞選考委員をはじめ数々の文学賞の選考に携わっている。著書に『ミカドの淑女』『不機嫌な果実』『RURIKO』ほか多数。近著に、家族の介護を描いた話題沸騰作『我がパラダイス』がある。また今秋刊行の『西郷どん!』（現在連載中）は2018年NHK大河ドラマの原作に決定し、大きな話題と期待を集めている。新しい西郷隆盛像に挑戦した長編大作である。

無料体験コーナー (受付時間11:30~13:00) 展示室 (除くヨガ)



整形外科ヨガ

「転ばない身体・美しい背中で歳を重ねるために鍛えるべきところを鍛える!短時間で効率的、効果的に」をキーワードに皆で整形外科ヨガをやりませんか?
監修: 井上留美子 (整形外科医師)



ヨガ指導 西川尚美 (ヨガ講師)

ヨガ教室の予約を受付ます

会場の都合上、事前予約をお願いします。
定員: 20名
お申込みは...
電話 03-3392-4114 (杉並区医師会)



皮膚科専門医による手足のホクロ診断 (先着10名)



あなたの骨は大丈夫? 骨密度測定



血圧チェックとワンポイントアドバイス



心臓止まったら AED/実際に触ってみよう



物忘れが気になる方へ 認知機能検査



日時 平成29年4月16日(日) 11:30~16:00 (開場)

会場 セシオン杉並 〒166-0011 杉並区梅里1-22-32

- ACCESS ● 東京メトロ丸ノ内線 東高円寺駅下車 徒歩5分 または 新高円寺駅下車 徒歩7分
● 関東バス (中野⇄五日市営業所・吉祥寺)「杉並車庫前」下車 徒歩5分
● 都営・京王バス (阿佐ヶ谷⇄渋谷)「セシオン杉並前」下車 徒歩2分
● 関東バス・京王バス (永福町⇄高円寺)「新高円寺駅」下車 徒歩7分

主催: 杉並区医師会 杉並区阿佐谷南3-48-8 TEL 03-3392-4114 共催: 杉並区

