……千代田保健所主催 平成29年度呼吸器健康教室のご案内……

Ⓐ 腹式呼吸法教室（音楽療法）

参加費無料

～息苦しさで声を出しにくい方もぜひご参加を～

日時　**10月17日（火）** 時間 **午後1時30分～3時30分**

会場　千代田区いきいきプラザ一番町 地下1階 **カスケードホール**（千代田区一番町12）

対象　気管支ぜん息やCOPDなど呼吸器に不安のある成人の方
（申込多数の場合は公害の認定を受けている方優先）

定員　**30名**

講師　音楽療法士 **加藤 晶子**氏（東京芸術大学卒、病院など多方面で活躍中）
ピアノ演奏 **坪井 純子**氏（東京芸術大学卒）

※COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは・・・主にタバコが原因の慢性気管支炎、肺気腫を合併した肺の病気ですが、タバコを吸わない人も発症します。

加藤 晶子 氏

Ⓑ 呼吸器講演会

参加費無料

テーマ 侮るなかれ、たかが咳、されど咳

日時　**12月6日（水）** 時間 **午後1時00分～3時00分**

会場　**千代田保健所 3階多目的ルーム**（千代田区九段北1-2-14）

対象　呼吸器疾患で治療中の方または関心のある方

定員　**50名（申込順）**

内容　気管支ぜん息やCOPDを中心に、誤嚥（ごえん）性肺炎・結核・無呼吸症候群等、最近の呼吸器疾患の症状や対策について

講師　**村田　朗** 医師（医療法人財団日睡会 理事長、御茶ノ水呼吸ケアクリニック 院長）
著書：「COPDの早期発見と治し方」「ぐっすり眠れる本・快眠力」ほか

メディア出演多数

下記「くらしの広場」会場で肺年齢測定を行います。

第19回「くらしの広場」

「くらしの広場」は参加費無料、申込み不要です。

日時 **11月10日（金） 10:50～14:30**
※肺年齢測定コーナーは11：00開始

会場 **千代田区役所 1階 区民ホール**
（千代田区九段南1-2-1）

問い合わせ先

千代田保健所 地域保健課 地域保健係　〒102-0073 千代田区九段北1-2-14
TEL：5211-8174／FAX：5211-8190／Mail：chiikihoken@city.chiyoda.lg.jp

申込方法については、裏面をご覧下さい。

◆ 環境再生保全機構は、千代田区が実施する「腹式呼吸法教室・呼吸器講演会」をサポートしています。

ぜん息に関する心配ごとや悩みごとは"ぜん息電話相談室"まで
専門医・看護師が対応いたします。

フリーダイヤル **0120-598-014**
受付曜日・時間 月～土曜日（祝日を除く）10:00～17:00

ERCA
独立行政法人環境再生保全機構 http://www.erca.go.jp/yobou/
〒212-8554 川崎市幸区大宮町1310番 ミューザ川崎セントラルタワー8F
TEL.044-520-9572 FAX.044-520-2134 法人番号8020005008491

大気環境・ぜん息などの情報館 検索

リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。
VEGETABLE OIL INK

申込方法のご案内

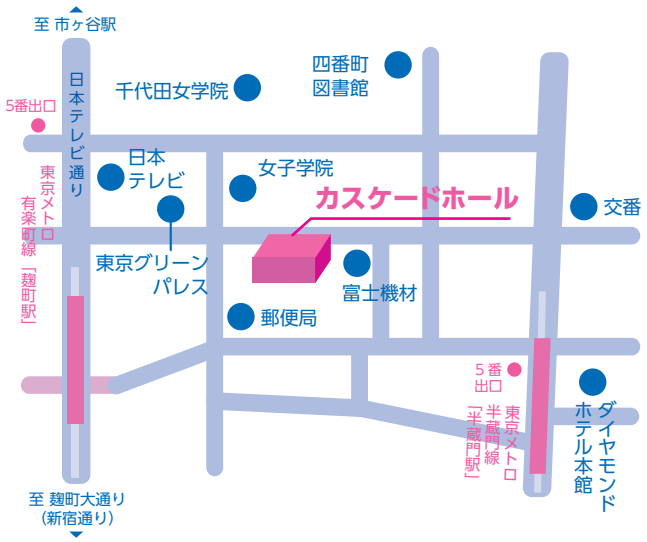
以下のいずれかの方法でお申込みください。

(1) 電　話：地域保健係　公害保健担当
（TEL：03-5211-8174）まで

(2) メールまたはFAX
「○○○参加希望」とご記入の上、
氏名、年齢、住所、電話番号を記載し、下記宛先まで。
メール：chiikihoken@city.chiyoda.lg.jp
ＦＡＸ：03-5211-8190

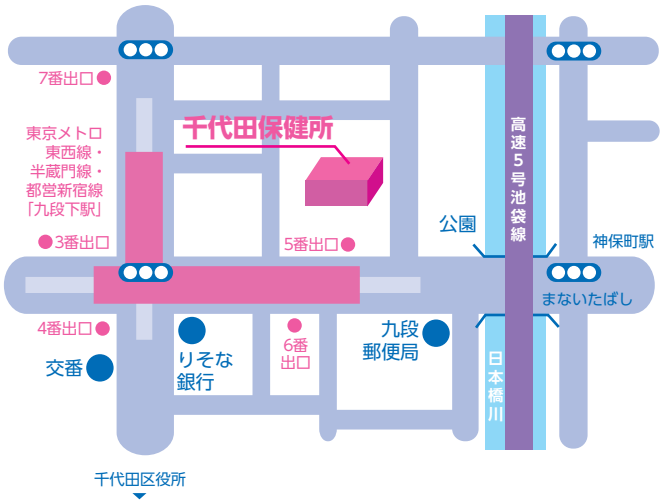
メールアドレス
QRコード

A カスケードホール
千代田区いきいきプラザ一番町・地下1階



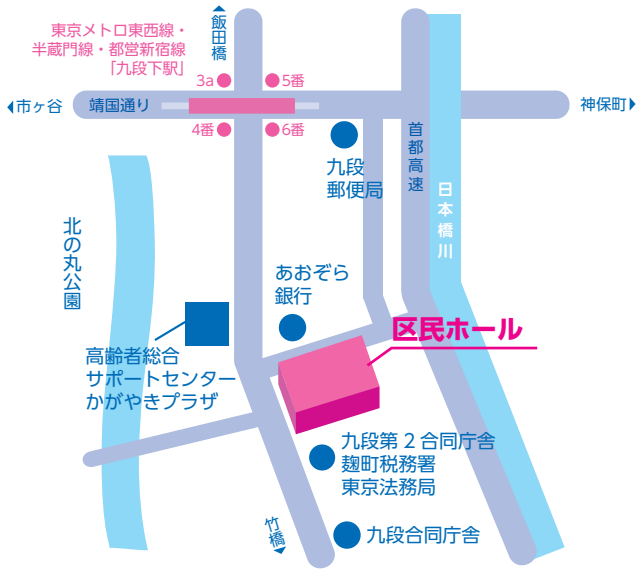
●東京メトロ有楽町線「麹町駅」５番出口から徒歩５分
●東京メトロ半蔵門線「半蔵門駅」５番出口から徒歩５分

B 千代田保健所 3階多目的ルーム



●東京メトロ東西線・半蔵門線・都営新宿線「九段下駅」
５番出口から徒歩１分
＊駐車場はありませんので、お車でのご来場はご遠慮ください。

区民ホール 千代田区役所・1F



●東京メトロ東西線・半蔵門線・都営新宿線「九段下駅」
６番出口から徒歩５分

肺年齢測定中