

ぜん息呼吸筋 ストレッチ教室

呼吸筋をストレッチすることで、息苦しさをやわらげ呼吸がしやすくなるように考えられた体操です。

対象

気管支ぜん息、慢性気管支炎等、呼吸器疾患の方
及び関心のある方

日時

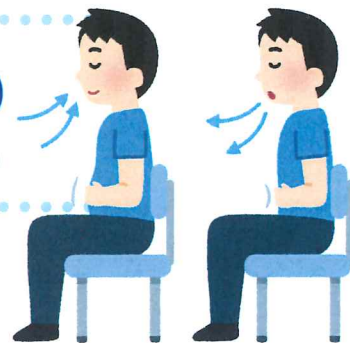
令和元年11月13日(水)
午後2:00~4:00

会場

荒川区役所北庁舎1階 101会議室

講師

理学療法士 根本 伸洋氏 (イムス東京葛飾総合病院)



定員 30名

募集定員に達し次第締切

参加費無料

お申込み
・
お問い合わせ

荒川区保健所
生活衛生課 公害保健係
荒川区荒川2-11-1 北庁舎1階 4番窓口

☎ 03-3802-3111
(内線424)

◆ 環境再生保全機構は、荒川区が実施する「ぜん息呼吸筋ストレッチ教室」をサポートしています。



ぜんそく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!

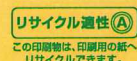
フリーダイヤル
0120-598-014
受付曜日・時間 月~土曜日(祝日を除く)10:00~17:00



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](#)



● ぜん息・COPD 無料電話相談のご案内 ●

相談
無料

ぜん息・COPD 電話相談室



こきゅうはい～よ
0120-598014

(受付/平日・土 10:00~17:00)

今使っている薬のことやこれからの治療のことなど、
ぜん息・COPDに関する心配ごとや悩みごとについて、
看護師さんやお医者さんがお応えします。

※専門医療相談は予約制となります。

※相談室で診療は行っておりません。

小さなお子様がいるお母さんはもちろん若い方からお年寄りの方まで、
どなたでもご相談できます。

ぜん息・COPD
電話相談室

相談事例



こんなご相談に
お応えしています

いま使っている
薬について
知りたいのですが。

予防のために常日頃
気をつけておくことは？

せきが続くので
風邪かと思っていたが
どうやら違うようだ

発作が起こったときは
どのように
対応すれば
よいでしょうか？

ご相談はフリーダイヤルのほか、FAX、メールでも受付しています。

FAX **0120-598099**

<http://www/erca.jp/yobou/>

氏名、年齢、性別、お住まいの都道府県、電話番号、FAX番号を
明記の上、左記のFAX番号またはホームページよりお送りください。



独立行政法人 環境再生保全機構

ERCA Environmental Restoration and Conservation Agency

ぜん息呼吸筋ストレッチ親子教室

呼吸筋をストレッチすることで、息苦しさをやわらげ呼吸がしやすくなるように考えられた体操です。

対象

気管支ぜん息、慢性気管支炎等、呼吸器疾患の方
及び関心のある方

日時

令和元年 11月13日 (水)
午後 2:00~4:00

会場

荒川区役所北庁舎 1階 101会議室



講師

理学療法士 根本 伸洋氏 (イムス東京葛飾総合病院)

定員 30名

募集定員に達し次第締切

参加費無料

お申込み

荒川区保健所
生活衛生課 公害保健係
荒川区荒川2-1-1 北庁舎1階 4番窓口

☎ 03-3802-3111

(内線424)

お問い合わせ

◆ 環境再生保全機構は、荒川区が実施する「ぜん息呼吸筋ストレッチ教室」をサポートしています。

ぜんそく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!

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9020005008491

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

