

台東区

水泳自体が初めてでも、指導員・医師・看護師がいるから

安心だよ!



参加費
無料

ぜん息児水泳教室

小児科の医師と看護師が付き添い、喘息を熟知した水泳指導員が一体となって指導しております。喘息について不安のある方でも、安心して参加できる水泳教室です。

日時

前期／令和2年 5月・6月
後期／令和2年 10月・11月

毎週水曜日、午後4時30分～6時30分
(計15回予定) ※7、8、9月はお休み

場所

台東区立社会教育センター
清島温水プール
台東区東上野6-16-8

募集
人数

30名 (定員を超えるときは抽選)

【対象】

気管支喘息や喘息性気管支炎などの症状がある、区内在住の小学生及び中学生(小1～中3)

どうして喘息に
水泳なのでしょう?



色々な運動の中でも水泳は、喘息発作がおこりにくいとされています。

その理由としては、ホコリが少なく適度な湿度の中で運動できるということが挙げられています。

さらに、運動を続けることで体力が付き、喘息の回復に効果があるとともに、体を動かす楽しさや自分でやり遂げることの喜びなども教えてくれます。心身ともに鍛えることができるのです。

つまり、喘息の治療にとって優れた運動と言えるでしょう。

この教室では、ただ泳ぐだけではなく、水泳を通じて喘息について、もっと理解してもらうことも目標としています。楽しみながら喘息を克服しましょう。

お申込み方法

参加ご希望の方は右記連絡先にご連絡ください。参加希望調査票を郵送いたします。

募集人数は**30名**です。参加申込み数が募集数を超える時は、初参加申込みの方、および参加回数が少ない方を優先に抽選いたします。

申込期限／令和2年**2月28日(金)**

●お申込み・お問合わせ

〒110-0015 台東区東上野4-22-8

台東保健所 保健予防課 予防担当

TEL.03-3847-9492

◆ 環境再生保全機構は、台東区が実施する「ぜん息音楽教室」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



独立行政法人 環境再生保全機構 <https://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(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



令和
2年度

アレルギー専門相談のご案内

アレルギーやぜん息で
不安なことはありませんか??お気軽にご相談ください。

アレルギー専門医による 健康相談

日時 午後1時30分～4時00分

30分刻みで希望する時間・要予約

2020年 4月24日(金)

6月26日(金)

8月 7日(金)

10月23日(金)

12月11日(金)

2021年 2月26日(金)



会場 台東保健所 6階「研修室」

看護師によるぜん息相談



日時 毎月 第2木曜日
第4木曜日

午後1時30分～4時00分

希望する時間帯・要予約

会場 台東保健所 5階「相談室」

※都合により変更となることがありますので、事前に下記までお問い合わせください。

●お申込み・お問い合わせ

〒110-0015 台東区東上野4-22-8
台東保健所5階 保健予防課 予防担当

TEL.03-3847-9492