令和4年度荒川区

工》的《天存

歌を唄うことを通して、腹式呼吸を中心とした、 発作時の息苦しさの緩和に効果的な呼吸法を楽しく学ぶ、大変好評な講座です。

対

気管支ぜん息などの呼吸器疾患に り患されている方およびその家族、関心のある方

令和4年12月9日(金)午後2:15~4:15

日暮里サニーホール コンサートサロン (荒川区東日暮里5-50-5ホテルラングウッド4階)

講 師 声楽家 山﨑 浩氏

定

9名

お申込期限

令和4年11月30日(水)

募集定員に達し次第締め切り

参加費



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

3-3802-3111(内線424)

新型コロナウイルス感染拡大防止のご協力のお願い

- ・参加者ご本人様や同居されている方々の体調によっては、参加をお断りすることがあります。
- ・マスクの着用、手指消毒にご協力ください。

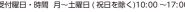
新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合がございます。

◆ 環境再生保全機構は、荒川区が実施する「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。

0120-598-014 _____ 受付曜日・時間 月~土曜日 (祝日を除く)10:00 ~17:00



リサイクル適性(A)





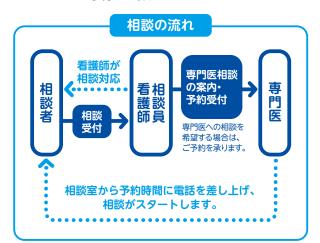
環境再生保全機構は、荒川区が実施する ぜん息音楽教室を助成しています。

環境再生保全機構では、ぜん息・COPDの患者様やそのご家族が抱える不安や疑問を解消し、症状を増悪させないために、またよりよい 生活を送るために必要な情報をホームページやパンフレット等を通じてご提供しております。また、看護師、専門医にご相談いただける ぜん息・COPD電話相談室も開設しておりますので、ぜひご利用ください。

ぜん息・COPD電話相談室

小児ぜん息・成人ぜん息・COPDの専門医や看護師が無料 でお答えします。

ぜん息・COPDに関する心配ごとや悩みごとについて、電 話やメールでご相談いただけます。専門医による電話相談 はホームページ等でお知らせしております専門医相談日に 専門医から直接お電話いたしますので、あらかじめ電話もし くはメールでご予約をお取りください。



5 0120-598014

●受付曜日・時間

月~土曜日(年末年始、祝日を除く。)

 $10:00 \sim 17:00$

メールフォーム

https://www.dial-soudan. jp/he/copd/p-index.php





成人向けパンフレット



成人ぜん息ハンドブック



正しい吸入方法を 身につけよう(DVD)



呼吸筋ストレッチ体操



ぜん息「日記」



すこやかライフ No.56





●パンフレット申込フォーム

https://www.erca.go.jp/yobou/ pamphlet/form/index.html



