

戸塚共立第1病院をはじめとする戸塚共立メディカルグループ 医療法人 横浜柏堤会の医療講座です。地域のみなさまに身近なテーマを中心に開催しております。無料で、どなたでもご参加いただけます。

日時		演題	講師	会場	定員	
1月	17日 (水)	10:00 ~ 11:00	第171回地域医療公開講座 「もしも」に備えて ～私たちの町で災害が起きたら～	武藤 和幸 横浜柏堤会本部 災害対策部	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員30名
	17日 (水)	14:30 ~ 16:00	第97回 メタボ予防改善教室	岡田 眞里(管理栄養士) 小池 真名美(健康運動指導士)	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設 0120-733-153(戸塚共立メディカルサテライト) 申込締切 1/15(月)まで(音声ガイダンスで3番を選択)	定員15名
	26日 (金)	10:30 ~ 11:30	戸塚共立レディースクリニック第2回市民公開講座 0歳からできる! こどものアレルギー ～対応と対策～	山口 公美 医師 戸塚共立レディースクリニック 小児科部長	戸塚区地域子育て支援拠点 とつとの芽 045-871-7801(ONE FOR ALL横浜)	定員20名
	31日 (水)	14:00 ~ 15:00	第172回地域医療公開講座 おうちでできる膝痛予防エクササイズ	布能 雅也 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員30名
2月	15日 (木)	10:00 ~ 11:00	第173回地域医療公開講座 人工透析の基礎知識	市成 雄一郎 戸塚共立透析クリニック 臨床工学技士	戸塚区総合庁舎3階 多目的スペース(大)	定員40名
	21日 (水)	14:30 ~ 16:00	第98回 メタボ予防改善教室	桑江 まゆみ(管理栄養士) 小池 真名美(健康運動指導士)	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設 0120-733-153(戸塚共立メディカルサテライト) 申込締切 2/19(月)まで(音声ガイダンスで3番を選択)	定員15名
	22日 (木)	10:30 ~ 11:30	第8回戸塚共立健康まつり ①寝たきり予防のためにできること	石田 龍一 戸塚共立 結の杜デイサービス下倉田 介護福祉士	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員80名
	22日 (木)	11:45 ~ 12:15	第8回戸塚共立健康まつり ②簡単! おうちでできる筋トレ	深澤 友樹 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員80名
	22日 (木)	12:30 ~ 13:00	第8回戸塚共立健康まつり ③コグニサイズで認知症予防	尾形 唯花 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員80名
	22日 (木)	13:15 ~ 14:15	第8回戸塚共立健康まつり ④栄養&運動教室 ～目指せ! いきいき健康長寿～	稲田 絵美子 戸塚共立メディカルサテライト健診センター 管理栄養士 宮川 拓也 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員80名
	22日 (木)	14:30 ~ 16:00	第8回戸塚共立健康まつり ⑤認知症について	河村 満 医師 戸塚共立第1病院 内科 奥沢病院 名誉院長	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員80名
3月	2日 (金)	10:00 ~ 11:00	第4回横浜TKM公開講座 笑いヨガで免疫力アップ	関 直哉 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設 045-862-2282(一般社団法人横浜TKM) 申込締切 2/28(水)まで	定員40名
	14日 (水)	14:30 ~ 16:00	第99回 メタボ予防改善教室	田中 裕子(管理栄養士) 小池 真名美(健康運動指導士)	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設 0120-733-153(戸塚共立メディカルサテライト) 申込締切 3/12(月)まで(音声ガイダンスで3番を選択)	定員15名
	15日 (木)	11:00 ~ 12:00	第174回地域医療公開講座 下肢静脈瘤の最新治療	木川 幾太郎 医師 戸塚共立第2病院 下肢静脈瘤センター長	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設	定員80名
	29日 (木)	14:00 ~ 15:30	第175回地域医療公開講座 いきいき! 綺麗な姿勢でウォーキング	布能 雅也・小山 聖人 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設及び柏尾川河川敷 (雨天の場合はONE FOR ALL横浜のみ) ※天候に関わらず集合場所はONE FOR ALL横浜	定員30名

※マークが付いていない講座は申込不要です。直接会場へお越しください。

お問い合わせ:045-864-7021 (株)KORU Yokohama 平日 10:00 ~ 16:00

会場のご案内

どの会場も席の数に限りがございます。

満席の場合は会場の防災上、ご参加いただけない場合もございますので、あらかじめご了承ください。

会場 ①	ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設 戸塚区戸塚町157-3 JR 東海道線・横須賀線・湘南新宿ライン戸塚駅西口より  7分
会場 ②	戸塚区総合庁舎 3階 多目的スペース 戸塚区戸塚町16-17 JR 東海道線・横須賀線・湘南新宿ライン戸塚駅西口より  1分
	戸塚区地域子育て支援拠点 とつとの芽 戸塚区川上町91-1 モレラ東戸塚 3F JR 横須賀線東戸塚駅西口より  1分






医療法人 横浜柏堤会
〈理念〉 One for All, All for One.
一人は皆のために、皆は一人のために

第8回 戸塚共立 健康まつり

平成30年2月22日(木)
参加無料
申込不要
10:00～16:00

ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設
(旧戸塚区役所跡地)


相談コーナー

10:00～16:00

管理栄養士による食事・栄養相談、特定保健指導体験

医師、看護師による健康相談

介護職員による介護相談


検査体験コーナー

10:00～16:00

 **骨密度測定 (先着200名)**

 **血管年齢測定 (先着200名)**

整理券がなくなり次第終了となります。あらかじめご了承ください。

地域医療公開講座

地域医療公開講座① 10:30～11:30 寝たきり予防のためにできること 講師 石田 龍一 (戸塚共立 結の杜デイサービス下倉田 介護福祉士)
地域医療公開講座② 11:45～12:15 簡単！おうちでできる筋トレ 講師 深澤 友樹 (戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士)
地域医療公開講座③ 12:30～13:00 コグニサイズで認知症予防 講師 尾形 唯花 (戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士)
地域医療公開講座④ 13:15～14:15 栄養＆運動教室～目指せ！いきいき健康長寿～ 講師 稲田 絵美子 (戸塚共立メディカルサテライト健診センター 管理栄養士) 宮川 拓也 (戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士)
地域医療公開講座⑤ 14:30～16:00 認知症について 講師 河村 満 (戸塚共立第1病院 内科/奥沢病院 名誉院長)

主催：医療法人横浜柏堤会
共催：一般社団法人横浜TKM



戸塚共立メディカルグループ
 医療法人 横浜柏堤会