

呼吸教室～かぜをひかないための予防法～

毎年大好評の「呼吸教室」の季節となりました。“冬に向けてかぜをひかないための予防法”から、呼吸体操を取り入れた呼吸リハビリテーションのご紹介、かぜ予防の栄養指導等を、当院呼吸器センター内科副部長 須藤英一教授をはじめ、理学療法士、管理栄養士、看護師がわかりやすく説明します。かぜ、インフルエンザ予防、肺の病気などに少しでもご興味をお持ちの方は、ぜひ奮ってお気軽にご参加ください。

日時：2017年12月1日(金) 14:00～16:00 (開場13:30)

場所：山王病院3階 山王ホール ※入場無料



須藤 英一 医師

山王病院
呼吸器センター
内科副部長
国際医療福祉大学
病院教授
山形大学卒、東京大学
大学院修了、医学博士

日本呼吸器学会認定指導医・呼吸器専門医
日本老年医学会認定指導医・老年病専門医
日本抗加齢医学会認定抗加齢医学専門医
身体障害者福祉法指定医（呼吸器）
日本内科学会認定内科医 日本医師会認定産業医

東京大学医学部付属病院老年病科助手の経験を有し、主として肺炎、肺気腫、気管支炎、気管支ぜんそく、かぜ症候群などの診断と治療に従事。呼吸器の病気をわかりやすく説明する呼吸教室は今年で15年目を迎えます。

プログラム (時間は前後することがあります)

- 14:00～
◆ 総論－肺の働きは？
肺の病気とは？ 予防は？ リハビリは？
医師 須藤 英一
- 15:00～
◆ 実技指導
～呼吸方法、呼吸筋ストレッチ～
理学療法士 古賀 秀作
- 15:20～
◆ 日常生活指導
看護師 甲賀 朝巳
- 15:40～
◆ 栄養指導
～かぜ予防、“肺によい？”食物～
管理栄養士 加藤 龍太郎
- ◆ その他 呼吸筋訓練器の紹介

定員60名 (定員になり次第、締め切ります) ※参加費無料 (定員までは当日参加も可能です)

※参加ご希望の方は、以下の事項を記載の上、FAX、メールのいずれかでお申込みください。

・FAX: 03-3404-3652 (さんのう健康講座事務局宛て) ・mail : sanno-kenko@iuhw.ac.jp

※太枠内は必須項目です。

(フリガナ) お名前			参加人数	1名 (+同伴者 名)
お電話			E-mail	
ご住所	〒			

医療法人財団 順和会 山王病院 107-0052 東京都港区赤坂8-10-16 TEL:03-3402-3151

診療受付時間: 8:30～11:30 13:00～16:30 ※各診療科・曜日によって異なる場合がございます。

診療曜日: 月～土曜日

アクセス: 青山一丁目駅 4番出口より徒歩約4分 (東京メトロ銀座線・半蔵門線/都営大江戸線)
乃木坂駅 3番出口より徒歩約4分 (東京メトロ千代田線)