

## 呼吸教室 ～かぜをひかないための予防法も含め～

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、新型コロナウイルスのお話しにも触れながらわかりやすく説明します。かぜ、インフルエンザ、新型ウィルス予防、肺の病気などに少しでもご興味をお持ちの方は、お気軽にご参加ください。

日時：2021年12月3日(金)・27日(月) 14:00～16:00 (開場13:30)

場所：山王病院本館3階 山王ホール 参加無料



### 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経て、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19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  
※途中入退室も可能です

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～

◆ 呼吸方法・呼吸体操  
理学療法士 市川 尚道

15:20～

◆ 日常生活指導  
看護師 角田 美香

15:40～

◆ 栄養指導  
風邪・感染予防の食事  
管理栄養士 水野 真琴

～参加方法～ **感染拡大防止のため、完全予約制とさせていただきます。**

(定員になり次第締め切ります。当日定員に満たない場合はご入場いただけますが、  
感染拡大防止のため、定員を超えた場合は会場にはお入りいただけません。)

以下の事項を記載の上、FAX またはHPの申込フォーム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) [申込フォーム↑](#)



※太枠内は必須項目です。

お名前 (フリガナ)		参加日	3日(金)・27日(月) どちらか選択
お電話	ご住所	〒	
参加人数	※最大2名まで、かつ同居のご家族とさせていただきます。 名 住所が別の方は、お手数ですが1名様ずつお申込みくださいますようお願いいたします。		