

あうるへるすの会
第2回 公開講座



としま健康チャレンジ!
対象事業

公益財団法人後藤喜代子・ポールブルダリ癌基金協会 寄付講座

大きな声で、大切な気持ちを伝えよう!

あなたは愛する人を救えますか?

～心の交流からスタート! 区民目線の地域包括ケア～

日時 2019年3月7日 木曜日

17時～ 開場

18時～ 開会

場所 区民ひろば南池袋
多目的ホール

定員 約100名

参加費 無料

地域包括ケアを区民目線でまちづくりにつなげるには、
いろいろな世代の身近な人と気軽に大きな声で話し、
心を通わせることが大切です。
今回の公開講座によって「声」を出す大切さについて、
改めて知り、考えるきっかけになることを願っています。

あうるへるすの会 とは??

すこやかなときも、病めるときも

安心して暮らすために、豊島区の地域保健福祉について知り考える区民主体の勉強会です。

癌などの大病をお持ちの方や、赤ちゃんや小さな子どもを育てるお母さんなど身近な人を地域であたたかく支えることも、あうるへるすの会が考える地域包括ケアです。

問い合わせ先 あうるへるすの会

owlhealthtoshima@gmail.com 問い合わせ先: Fax 専用 03-5985-0506



お申し込み	氏名(フリガナ)	人数
	連絡先	

プログラム

- 17:00～ 開場
- 17:10～17:50 としまる体操(40分)
- 18:00～18:15 開会
ご挨拶 豊島区保健福祉部 部長 常松洋介氏
あうるへるすの会 副代表、としまテレビ 高野千尋
- 18:15～18:35 心の交流には、声が大切！楽しく発声練習
劇団ムジカフォンテ 知久晴美氏
- 18:35～19:15 講演：河村剛史氏
「あなたは愛する人を救えますか？ 命の危機を知らせる声がある。
あなたの大切な人を救おう～心肺蘇生のすすめ」
- 19:15～19:25 ハモローザによる歌
- 19:25～19:40 閉会
ご挨拶 公益財団法人後藤喜代子・ポールブルダリ癌基金協会
理事長 福井康裕氏
あうるへるすの会 代表 佐伯晴子

※「としまる体操」とは？

研究所高齢者健康増進事業支援室(東京都健康長寿医療センター)協力のもと開発された「足腰を無理なく効果的に強くする」体操です。

講師 紹介

河村剛史氏

医師 医学博士、健康スポーツ関連施設連絡協議会会長、河村循環器病クリニック院長
兵庫県立健康センター所長を経て、兵庫県神戸市を中心に「命の教育」の啓発活動を行い、平成24年には日本循環器学会・米国心臓病学会から長年の心肺蘇生法普及啓発活動に対して表彰され、現在も熱心に活動を続けている。

知久晴美氏

劇団ムジカフォンテ主催、歌手、語りべ、演出家。日本演出者協会会員。劇団東俳講師及び公演演出家
「東アジア文化都市2019としま」では東アジア文化都市テーマソング「わたしは未来」を区内の多くの子供たちに歌唱指導を行い、「オール豊島」の心を培うことに寄与している。

ハモローザ

知久晴美氏、中安ミキ氏、窪瑤子氏、下澤明夜氏による、豊島区大塚生まれのコーラスユニット。

主催 あうるへるすの会(豊島区の保健福祉を勉強する会)
公益財団法人後藤喜代子・ポールブルダリ癌基金協会

共催 豊島区

後援 公益社団法人豊島区医師会、公益社団法人豊島区歯科医師会、公益社団法人豊島区薬剤師会
社会福祉法人豊島区民社会福祉協議会、公益財団法人としま未来文化財団、豊島区商店街連合会
豊島ケーブルネットワーク株式会社

協力 元気！ながさきの会、豊島区高齢者クラブ連合会

デザイン：ホクトデザインルーム 田中北斗