

Tokyoヘルスケアサポーター養成講座のご案内

～人生100年時代における病気との向きあいかた～

人生100年時代を生き生きと暮らし続けるために、知っておくべき病気の予防や医療、健康づくりについて、日々、患者と向き合う都立病院の医師等がわかりやすく解説します！

開催日時 令和元年**10月20日**（日）14時00分～17時40分

会場 多摩総合医療センター講堂フォレスト（東京都府中市武蔵台2-8-29）

プログラムの概要

■「地域で安心して医療を受けるために」

- ・「病院完結型」から「地域完結型」の医療へ
- ・かかりつけ医を持つ重要性 など

講師：公益財団法人 東京都保健医療公社
理事長 山口 武兼

■「フレイルにならず健康に生きる」

- ・フレイルとは何か
- ・日常できるフレイル予防 など

講師：多摩総合医療センター
リハビリテーション科主任技術員
高久 徳子

■「がんを知り、がんと向き合って生きる」

- ・がんとは何か その発生メカニズムや治療方法
- ・がんになってもその人らしく生き抜くことに向けたケア など

講師：多摩総合医療センター
呼吸器内科医長 村田 研吾

■「認知症の理解と対応」

- ・認知症の理解、早期診断の重要性
- ・認知症の人への支援 など

講師：松沢病院
精神科医長 新里 和弘
相談主任技術員 菊地ひろみ

■「生活習慣病の予防と健康づくり」

- ・生活習慣が引き起こす病気のリスク
- ・食事療法やレシピの紹介 など

講師：多摩総合医療センター
循環器内科部長 田中 博之
栄養科長 管理栄養士 松倉 時子

講座修了者を「Tokyoヘルスケアサポーター」と認定し、修了証を交付します。

■「Tokyoヘルスケアサポーター」とは・・・

- ・病気の予防や健康等に関する知識を身に付け、自らの健康づくりに積極的に取り組む方
- ・家族や周囲の人とともに健康づくりに取り組み、また、健康診断の受診を勧めるなど、地域の健康づくりのためにできることから実践する方

◆定員 200人（事前申込制 参加費無料 応募多数の場合は抽選）

◆申込方法 催し名・参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号をご記入の上、次のいずれかにより、お申し込み下さい。

■メール tokyo-healthcare2019@section.metro.tokyo.jp

■往復はがき 〒163-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1

病院経営本部経営企画部総務課

- ・当日、介助者等座席、車椅子席、手話通訳などが必要な場合は、その旨記載をお願いします。
- ・お預かりした個人情報、修了証の送付及び健康づくりに役立つ情報の提供以外の目的では使用いたしません。

◆申込締切 令和元年8月16日（金）必着

- ・開催当日は報道機関によるカメラ撮影が入る場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ・11月以降、区部においても開催します。日時及び内容等につきましては、決まり次第お知らせします。

（お問い合わせ先）東京都病院経営本部経営企画部総務課 電話03-5320-5891

主催



東京都

共催



公益社団法人
東京都医師会