

第37回 足立区医師会健康・体力増進フォーラム 第22回 足立区医師会区民講演会

日時 令和5年 10月29日(日) 開場:午前11時00分

場所 足立区医師会館3階ホール 足立区中央本町3-4-4 **参加無料**



第1部 第37回 足立区医師会健康・体力増進フォーラム

12:20~12:30	開会の辞 足立区医師会健康スポーツ医学研究会会長 湯澤 齋
12:30~14:00	イベント1 スポーツコンディショニングセミナー 「スポーツを安心安全に、そして楽しく」 怪我なく、スポーツを楽しむためのトレーニング ※講義と実技があります。 座長 足立区医師会健康スポーツ医学研究会委員 渡邊 寧 演者 帝京科学大学医療科学部教授 博士(栄養学) 有賀 雅史 先生

第2部 第22回 足立区医師会区民講演会

14:20~14:30	開会の辞 足立区医師会会長 阿部 聡
14:30~15:15	講演1 座長 学術部担当理事 伊藤 哲志 ① 東京都相互理解のための対話促進支援事業 「医師への上手なかかり方」 ② 「免疫の仕組みと予防接種の働き」 演者 博慈会記念総合病院 小児科顧問兼感染制御室長 田島 剛 先生
15:20~16:20	講演2 座長 学術部担当理事 橋爪 敏彦 「続けていける無理のない糖尿病との生活を目指して」 演者 東京女子医科大学附属足立医療センター 病院長 内潟 安子 先生
16:20~16:25	閉会の辞 学術部担当理事 橋爪 敏彦

お問い合わせ 一般社団法人 足立区医師会 足立区中央本町3-4-4 TEL.03-3840-2111

主催：一般社団法人 足立区医師会

帝京科学大学医療科学部教授 博士(栄養学) **有賀 雅史 先生**

1. 姿勢と基本動作 2. ウォームアップ 3. 健康増進のための脚と体幹トレーニングの実際
4. スポーツのためのパフォーマンス向上トレーニング 5. 質疑応答

[プロフィール] 有賀雅史(あるが まさし)

帝京科学大学医療科学部教授/博士(栄養学)。アスレティックトレーナー、柔道整復師の養成に従事。

帝京科学大学女子駅伝チーム アスレティックトレーナー/帝京高校サッカー部 アスレティックディレクター

日本サーフィン連盟医科学委員会委員/JOC強化スタッフ(サーフィン)/日本トレーニング指導協会理事長代理

日本トレーニング指導者協会認定特別上級トレーニング指導者/日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー

日本スポーツ協会共通科目コーチデベロッパー

Pre Hospital Immediate Care in Sports Level 2(英国エジンバラ大学認定)

World rugby Strength & Conditioning level 2/MB Certified Functional Strength Coach

認定加圧トレーナー

① 東京都相互理解のための対話促進支援事業「医師への上手なかかり方」 ② 「免疫の仕組みと予防接種の動き」 演者プロフィール

博慈会記念総合病院 小児科顧問兼感染制御室長 **田島 剛 先生**

略歴: 帝京大学大学院卒/帝京大学医学部小児科入局/テネシー州ヴァンダービルト大学小児感染症学教室留学

博慈会記念総合病院小児科部長・副院長を経て現在感染制御室長

専門: 小児感染症学

認定医・資格: 日本小児科学会専門医・指導医/日本感染症学会感染症指導医/日本化学療法学会抗菌薬臨床試験指導者/

ICD認定医/足立区医師会理事 予防接種委員会委員長/足立区感染症の審査に関する協議会委員

「続けていける無理のない糖尿病との生活を目指して」

演者プロフィール

東京女子医科大学附属足立医療センター 病院長 **内潟 安子 先生**

今日、糖尿病、糖尿病の一步手前と診断されることは珍しくないことです。

『糖尿病!』『糖尿病の一步手前!』といわれたら、どうしよう?糖尿病のない体に戻るのだろうか?糖尿病といわれたらどうすればいいのだろうか?糖尿病になっても仕事は普通にできるのだろうか?と不安が尽きまわってしまいます。長く糖尿病と付き合っていく、糖尿病の合併症を発症しないような、発症しても進行しないように、無理なく続けていける生活を目指しましょう。

1977年 金沢大学医学部卒



講演される先生方へ質問がある方は、あらかじめ医師会までFAXをお願いします。当日、会場にてお答えします。

FAX 03-3840-0202
全ての質問にはお答えできないことをご了承願います。