



公益財団法人 東京都医療保健協会 練馬総合病院

# 敬老の日講演会のご案内

練馬総合病院では敬老の日にちなみ、下記の通り講演会を開催いたします。  
ぜひ、多くの方にご参加を頂きますようご案内申し上げます。

主催：公益財団法人東京都医療保健協会 練馬総合病院  
後援：練馬区  
日時：平成28年9月14日（水） 14時～16時20分  
会場：練馬区立生涯学習センター（旧練馬公民館）  
受付：13時00分～  
参加費：無料



## プログラム

14:00～14:10 挨拶 飯田 修平 練馬総合病院理事長・院長

14:10～14:15 御挨拶 前川 燿男 氏 練馬区長

14:15～14:20 御挨拶 伊藤 大介 氏 練馬区医師会副会長

## 講演

### I 部 「健康に長生きするための生活様式(食事・運動)」

14:20～14:50（30分） 健康寿命を延ばす地中海式健康和食

副院長・内科医師 柳川 達生

14:50～15:05（15分） 日常生活中心にできる運動

～生活の中の動きを見直してみよう～

リハビリテーション科・理学療法士 大澤 竜太

15:05～15:20（15分） 健康的な生活習慣について

看護部病棟副師長 加藤 晶子

15:20～15:35（15分） 休憩

### II 部 パネルディスカッション

15:35～16:15（40分）

司会 飯田 修平 理事長・院長

パネリスト 柳川 達生 副院長

大澤 竜太 理学療法士

加藤 晶子 病棟副師長



16:15～16:20 閉会挨拶

16:20 終了

●同時開催 13時00分から14時00分までの間、ロビーにて当院専門職員による  
各種相談（服薬・医療福祉・栄養）と無料血糖測定を行います。

参加のお申し込みは9月9日(金)までに、お電話(03-5988-2200)にて  
ご連絡ください。この講演会を通して、地域の皆様の健康増進に寄与できれば幸いです。

申し込み先：練馬総合病院 敬老の日講演会事務局