

対象

日進市在住の成人で自分の健康に興味のある人
(全日程参加可能な人)

定員

45名 (先着順)
(初めての方優先)

費用

無料

申し込み方法

参加希望の人は、11月12日(月)午前9時から保健センターへ
電話またはFAXでお申し込みください。

TEL 0561-72-0770

FAX 0561-74-0244

本講座では、4回目に各種測定(血液、血圧、身体測定等)を予定しております。
受講される人は、それらの測定にご協力いただきますようお願いいたします。測定の詳細は、初回講座内
でご案内いたしますので必ずご参加をお願いいたします。

※ 障害を理由とする配慮が必要な人は、申込み時にお申し出ください。

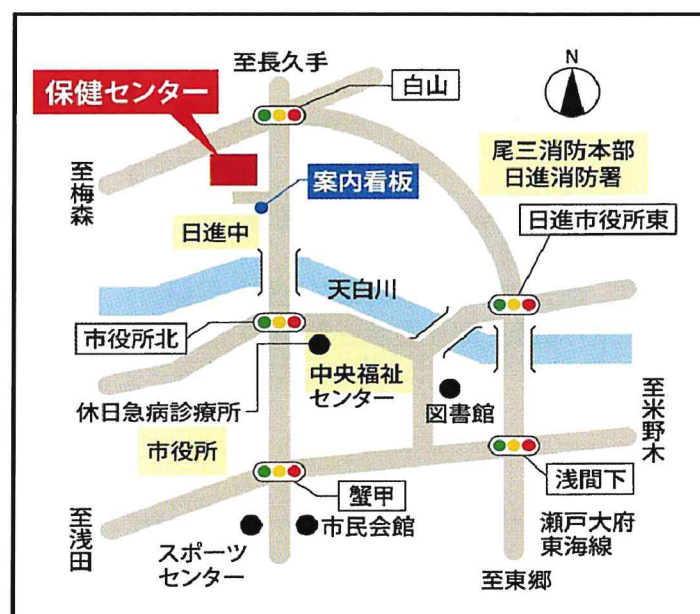
アクセス

日進市保健センター 2階

〒470-0131

日進市岩崎町兼場 101-1

最寄りのバス停
くるりんばす「保健センター東」・「保健センター北」



申し込み・問い合わせ先

日進市保健センター(健康課)

TEL 0561-72-0770

FAX 0561-74-0244

E-mail kenko@city.nisshin.lg.jp

回覧

Sugiyama
人間になろう

健康を科学する

日進市と椋山女学園大学の連携講座 全 6 回

科学的な考え方に基づいた「健康」について学び、
血液検査、動脈硬化検査、肺炎球菌の保菌検査など
各種の検査から健康を科学的に理解しましょう。



日時

2019年

★ 1/23(水)・1/28(月)・2/1(金)・★ 2/6(水)・2/13(水)・2/20(水)

10:00 ~ 11:30

(★ 印の初回は9:30~11:30、★ 印の第4回は9:00 ~ 11:30)

会場

日進市保健センター 2階

申込締切
12/7
(金)

プログラムのねらい

血液検査、動脈硬化検査、肺炎球菌の保菌検査、身体測定(体重・身長・腹囲など)を行い、その結果を科学的に理解することで、参加者が自身の健康に目を向け、日常生活を見つめなおすきっかけとし、これからの健康維持に役立てます。

1 1/23 (水)

9:30 ~ 11:30

オリエンテーション

講師

宇佐美久枝(相山女学園大学看護学部 准教授)
石原 由華(相山女学園大学看護学部 教授)

必ず出席をお願いします。

・講座全体についての概略、検査方法についての説明を行います。

2

1/28 (月)

10:00 ~ 11:30

前半 高血圧症について

講師

宇佐美久枝(相山女学園大学看護学部 准教授)

血圧の値はあなたが将来なるかもしれない病気を予測することができます。「高血圧」はサイレントキラーと言われ、自覚症状がほとんどありません。でも、正しい知識をもって自己管理すれば決して恐れることはありません。日常生活習慣を見直すことで高血圧を改善しましょう。

後半 時には排尿も見つめて欲しい

講師

高植 幸子(相山女学園大学看護学部 准教授)

排尿は、健康の維持にとって欠かせない行為ですが、例えば「今日はいいおしっこだった!」と、その行為に喜びを感じたり、感謝の気持ちがわいてきたりすることはあまりないのではないかと思います。この講座では、実に慎ましやかな排尿について、ご自分の生活との関連を明らかにする事によって、科学していきます。

3 2/1 (金)

10:00 ~ 11:30

高齢者の感染予防

講師

石原 由華(相山女学園大学看護学部 教授)

高齢者の感染症には、肺炎、尿路感染症、敗血症などがあり、重症化することが多く対応が遅れば死亡することもあります。高齢者感染症の特徴と、なぜ感染を起こしやすいのかを知ることが予防するために重要です。予防法として各種ワクチン接種が有効ですが、加えて日常生活の中で行うことができる感染予防法もあります。

4 2/6 (水)

9:00 ~ 11:30

血液検査、その他

講師

宇佐美久枝(相山女学園大学看護学部 准教授)
ほか

血液検査(コレステロール、中性脂肪、血糖、総たんぱく、貧血など)、動脈硬化検査、肺炎球菌の保菌検査などを行い、健康状態を科学的に検査してこれからの健康維持に役立てます。個々の参加者には、検査結果に基づく説明を最終日に詳細に行う予定です。

5 2/13 (水)

10:00 ~ 11:30

糖尿病の正しい知識と生活

講師

生田美智子(相山女学園大学看護学部 准教授)

糖尿病は、50歳代以降に発症する患者さんの割合が増えてきます。本講座では、糖尿病の基本的なことからお話します。正しい知識を知り生活を見つめて、予防や治療に向けてできるところから始めてみませんか。

6 2/20 (水)

10:00 ~ 11:30

健診データを読み解く

講師

平井 眞理(相山女学園大学看護学部 教授)
石原 由華(相山女学園大学看護学部 教授)
宇佐美久枝(相山女学園大学看護学部 准教授)

健診に含まれている個々の検査の目的を説明して、その異常値がどのような意味をもつか、またその場合どのように対処し、予防など健康を維持するために日常生活に活かしていくかを学びます。さらに医療機関へのかかわり方などについても概説します。

講師紹介

第1・2・4・6回担当

宇佐美 久枝
(相山女学園大学看護学部准教授)
相山女学園大学院人間関係学研究科社会専攻修士課程を修了。名古屋第一赤十字病院ほかで看護師として勤務を経て、愛生会看護専門学校副校長に就任。平成22年より相山女学園大学看護学部勤務。専門は慢性期成人看護学。

第1・3・4・6回担当

石原 由華
(相山女学園大学看護学部教授)
名古屋大学大学院医学系研究科博士課程を修了。日本赤十字豊田看護大学講師を経て、平成22年より相山女学園大学看護学部勤務。専門は微生物学・感染管理学。

第6回担当

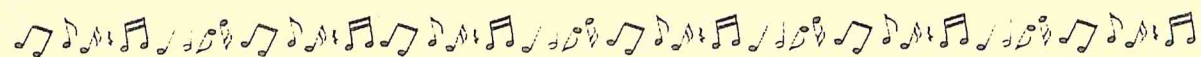
平井 眞理
(相山女学園大学看護学部教授)
名古屋大学医学部医学科を卒業し、名古屋大学医学部第一内科・循環器内科を経て名古屋大学大学院医学系研究科看護学専攻に勤務。平成28年より相山女学園大学看護学部勤務。専門は、循環器内科・不整脈学。

第2回担当

高植 幸子
(相山女学園大学看護学部准教授)
愛知県立大学看護学研究科博士課程を修了。看護師として愛知県がんセンター、三重大学医学部看護学科勤務を経て、平成22年より相山女学園大学看護学部勤務。専門は、排泄ケア・基礎技術学。

第4・5回担当

生田 美智子
(相山女学園大学看護学部准教授)
愛知県立看護大学大学院看護学研究科修士課程を修了。愛知県立大学看護学部ほか勤務を経て、平成25年より相山女学園大学看護学部勤務。専門は慢性期成人看護学、糖尿病患者と家族の看護。

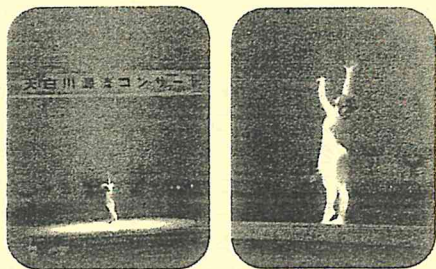


～ゲスト～

武田 摩耶 コンテンポラリーダンサー

♪View

生まれも育ちも日進市、幼少よりバレエやダンスを始めたそうです。
しなやかで躍動感のあるダンスで見てたえがありました。



近藤わかば

♪ ヴューダン作曲 ヴァイオリン協奏曲第4番

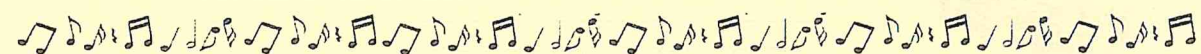
関根のぞみ

♪ ドボルザーク作曲 森の静けさ

近藤茂之

♪ リスト作曲 リゴレットパラフレーズ

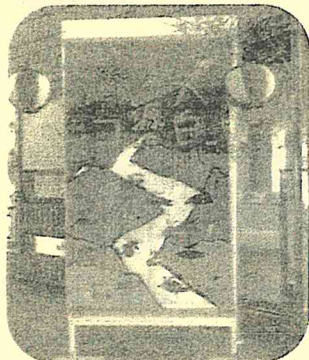
ピアノ奏者の近藤茂之さんと、ヴァイオリン奏者の近藤わかばさんは親子です。
息の合った美しいハーモニーでした。わかばさんは竹の山小学校に通っているそうです。
チェロ奏者の関根のぞみさんは、梨の木小学校の金管バンド部、東中学校の吹奏楽部に
所属していたみんなの先輩です。恩師である近藤茂之さんとしっとりと演奏していただきました。



第14回天白川源流コンサートを無事に終えることができました。
今回は東小学校が幹事でしたが、他の学校のベテラン役員の方々の
助力をいただきながら素晴らしい一日となりました。
ゲストの皆様ダンスや演奏も楽しませていただき、
今日に至るまでの準備に備えられたことを嬉しく思いました。

関係者の皆様、ありがとうございました。
生徒の皆さん、保護者の皆様、素敵な思い出になってくれることを
祈願いたします。

ふれあい部 部長 川原 由加
副部長 上村 朱央



今後のイベントのご案内

学校に集まろう！！

10月13日（土）※日帰り

東小学校でAED講習会や、災害用テントの
見本を展示する予定です。
夜は皆でカレーライスを作ります。

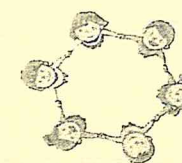
ふれあいウォーキング IN 愛知池

11月17日（土）
※雨天予備日18日（日）

愛知池を、クイズやゲームなど楽しみながら
歩くイベントです。様々な世代の多くの方の
ご参加をお待ちしています♪

はぐくみ

第52号



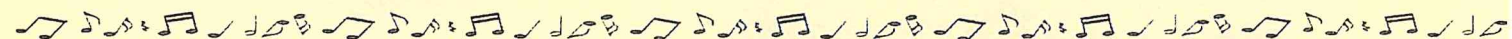
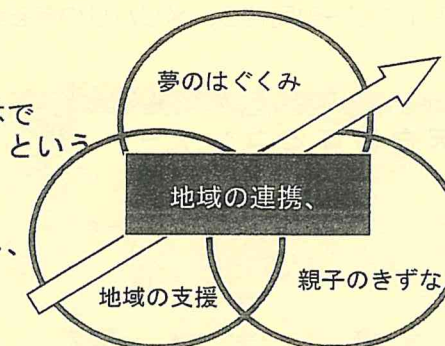
地域ではぐくむ明るい家庭
～あいさつからはじまる
ふれあいの輪～

東学区家庭教育推進委員会
平成30年10月発行

「かすい」ってなんだろう？

こどもの教育を、学校・家庭・地域全体で
考え「地域のこどもは地域で育てよう」という
趣旨の活動です。

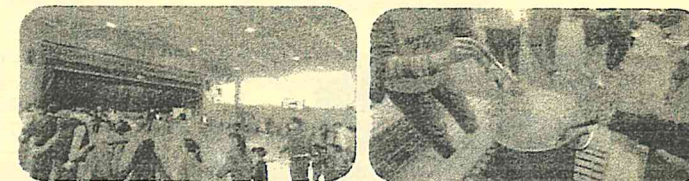
今年も、様々なイベントを企画・開催し、
地域の連携やこどもの健やかな成長に
貢献できるようにがんばっていきます。



新1年生あつまれ！

2018年3月4日（日） 東小学校にて開催

みんなで体育館でリトミックをしたり、
運動場にある炊飯場で作ってもらった
豚汁を食べたりしました。お家の人や
新しいお友達と交流を深め、楽しい時
間を過ごしました。

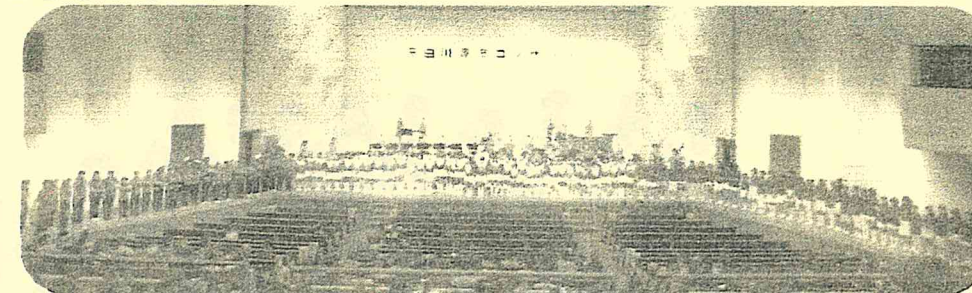


天白川源流コンサート

2018年8月25日（土） 日進市民会館大ホールにて開催

朝から晴天に恵まれました。たくさんの来場者が訪れ、楽しいコンサートと
なりました。

こどもたちもドキドキとワクワクの中、これまでの練習の成果を存分に発揮し、
とても素敵な演奏会となりました。



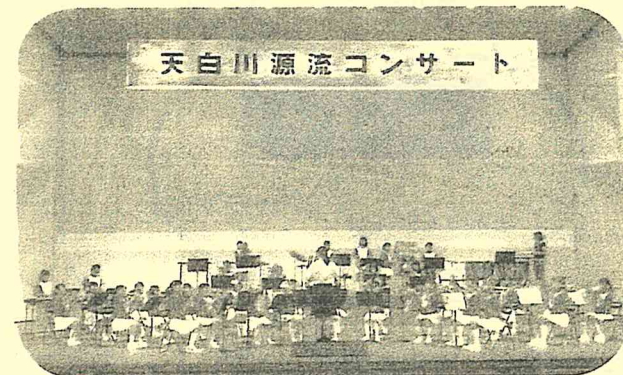
恒例の全員合唱 ♪ふるさと

東小学校 金管バンド

- ♪ フランス民謡メドレー
- ♪ アフリカンシンフォニー

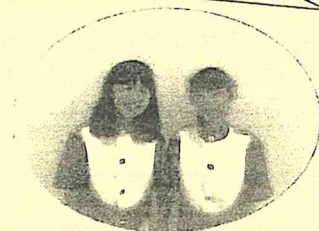
今年は酷暑が続き、エアコンのあるコンピューター室で練習をしてきたそうです。今回大きな会場での発表となり、広さに合わせた音を出すことに苦労したようです。

本番は、みんなが一致団結し、メリハリのある素敵な演奏でした。

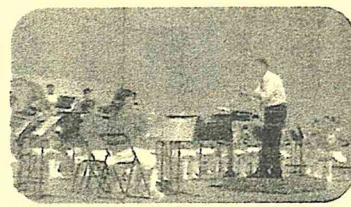
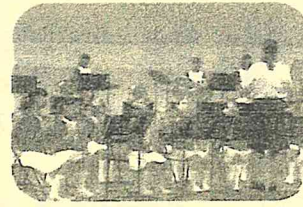
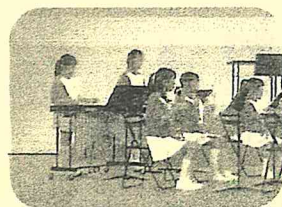


天白川源流コンサート

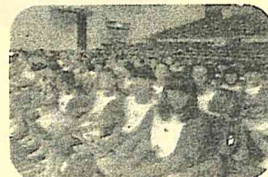
強弱をつけたり、曲に合わせた演奏ができているのか、難しいところがたくさんありました。だけど、先生が優しく教えてくれてがんばることができました。3回目の源流コンサートだったので、緊張しないでリラックスして演奏することができました。



部長 大下さん 副部長 松田さん



今年度、東小学校金管バンド部は総勢40名の部員で練習しています。部長・副部長を中心に練習計画を立てながら練習に励んでいます。今日はとても緊張したと思いますが、今日の演奏は今までの練習の過程の成果だと思います。これからも、こどもの自主性を大切に練習に励んでいきたいです。



本番前はとても緊張しました。 S.Aさん

初めてで緊張するけど、がんばります。 K.Yさん (Euph)

唯一の男の子だけど、がんばります。 K.Sさん (Perc.)

思ったより上手にできて楽しかった。 M.Mさん (A.Hr.)

緊張しました。練習どおりにできなかったけれど、楽しかったです。 O.Mさん (Euph)



顧問：野々山先生、岩崎先生、進野先生、三崎先生、加藤先生



東中学校 吹奏楽部

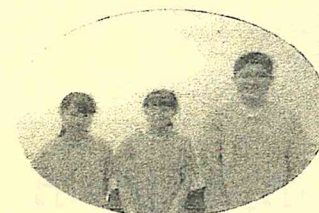
- ♪ コンサート・マーチ「虹色の未来へ」
- ♪ J-POP Stage Vol.14「SEKAI NO OWARI編」
- ♪ 「タッタ」



コンクールでは納得のいく結果ではなかったそうです。源流コンサートに向けて、酷暑の影響で練習時間が減ったこともありましたが、自主練をしたりみんなで丸となり楽しんで作り上げていること、そして聞いてくれる人に楽しんでもらおうというみんなの思いが伝わってくるような演奏でした。

「タッタ」では一年生がダンスを披露してくれました。聞いている人を楽しませてくれる演出もあり、会場はとても盛り上がりしていました。今年もリハーサルから本番までプログラム全てのセッティングなど、裏方としても頑張ってくれました。

9月の定期演奏会では市民会館大ホールを満員にしたいと話してくれた笑顔が印象的でした。



副部長 加藤さん 部長 加藤さん 副部長 水谷さん

リハーサルの様子

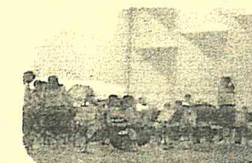
たくさんの人に楽しんでもらえるようにどの世代の方も知っている曲を選びました。練習時間は短かったけれど、仲間が丸となり指一杯頑張りました。本番はリラックスしてできました。



小学校との交流を大切に、地域を引っ張って行く意識を持てるように指導してきました。自分たちも楽しんで、聞いている方にも楽しんでもらえるような演奏をしてほしいと思います。

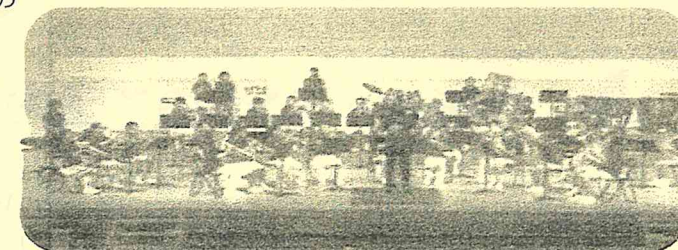


顧問 森先生、浅野先生



梨の木小学校 金管バンド

- ♪ secret base～君がくれたもの
- ♪ ダンシング・ヒーロー



相野山小学校 金管バンド

- ♪ GUTS!
- ♪ アンダー・ザ・シー

