

いきいきプラス講演会 「脳の活性化で心と体を癒す」



心を癒す、血圧を安定させる、熟睡できる。そんな音楽の効果が目されています。心と体をリフレッシュする脳と音のお話です。

11月20日(土)午後1時30分〜3時30分 三鷹駅前コミュニティセンターで、講師は日本コロンビアDCS感性研究所自然医学臨床予防研究所主任研究員の日高敏夫さん。

在宅介護支援センター介護教室 高齢者のお口の健康と肺炎予防と口腔ケア
弘済園在宅介護支援センター・野村病院在宅介護支援センター・在宅介護支援センター太郎共催

お口の健康と全身の健康状態は密接な関係があると言われてます。今回は、食べるメカニズムや、口腔ケアについて分かりやすく説明していただきます。

11月7日(日)午前9時〜午後3時 市役所中庭母子像横テントで、当日、直接会場へ。三鷹市薬剤師会(サトウ薬局) ☎ 48 6287

市民健康講座「日常生活の中のアロマセラピー」
もっと日常生活の中に香りを取り入れてみませんか。健康増進や、気分のリフレッシュに役立つ香りをお教えします。

11月29日(月)午後1時30分〜3時30分 総合保健センターで、講師はアロマセラピストの森下有紀さん。

薬のなんでも相談
三鷹市薬剤師会・三鷹市学校薬剤師会主催、杏林大学医学部付属病院薬剤部協力

11月8日(月)〜12日(金)に同協議会在宅係 ☎ 79 3505へ申し込む。定員40人(申込多数の場合は抽選、結果は11月19日(金)までに郵便でお知らせします)。

こもれび ほっと・サークル 高齢者のためのお食事会
NPO法人こもれび主催、住宅街の一角にあるスペース・Sを会場に、和食で遅い秋を楽しむまじょう。対象はおおむね65歳以上の方。

視覚障害者ガイドヘルパー養成講習
三鷹市社会福祉協議会主催、基礎的な介護技術の習得を目的とするガイドヘルパー養成講習を行います。対象は市内在住の方。

介護者談話室
三鷹市社会福祉協議会主催、日ごろの介護でお困りのこと、悩みを相談できる場です。

講演終了後、日高敏夫さんにもご同席いただき、交流会(午後3時30分〜4時30分)を行います。参加費300円(お茶菓子代)。どなたでも参加できます。

いいきプラス事務局(火、木曜午前10時〜午後4時) ☎ 705753または三鷹市高齢者支援室 ☎ 内線2626へ申し込み。

介護による相談
福祉会館在宅介護支援センター主催、介護保険制度や介護に関する相談なら何でもござい。

社会福祉事業団で職員募集
理学療法士(契約職員) 平成16年4月1日現在50歳未満の理学療法士免許保有者。老人保健施設はなかいどうでの理学療法の実施。

健康コラム

「メタボリックシンドローム(代謝症候群)」

平成14年の厚生労働省の調査によると、代表的な生活習慣病で医療機関を受診した総患者数は、高血圧約70万人、糖尿病は約230万人、脳血管障害約140万人、狭心症や心筋梗塞を含む虚血性心疾患約90万人となっています。

「死の四重奏」あるいは「インスリン抵抗性症候群」などという概念が発表され、わが国からも「内臓脂肪症候群」という名称が提唱されました。

1に加えて2の、のうちの2項目以上あるものをメタボリックシンドロームと定めています。

社会福祉事業団の食事サービス
12月30日(木)から、年末年始の配食を開始します。年末年始のみのご利用も可能です。

特別養護老人ホームどんぐり山で介護職・看護職を募集
応募資格 介護職 介護福祉士資格を有する昭和54年4月2日以降に生まれた方。

募集
8月分 一般寄付 1万9千円 東京都自転車商協同組合三鷹支部 3万円

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時

介護者談話室
三鷹市社会福祉協議会主催、日ごろの介護でお困りのこと、悩みを相談できる場です。

社会福祉事業団で職員募集
理学療法士(契約職員) 平成16年4月1日現在50歳未満の理学療法士免許保有者。

募集
8月分 一般寄付 1万9千円 東京都自転車商協同組合三鷹支部 3万円

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時

こもれび ほっと・サークル 高齢者のためのお食事会
NPO法人こもれび主催、住宅街の一角にあるスペース・Sを会場に、和食で遅い秋を楽しむまじょう。

薬のなんでも相談
三鷹市薬剤師会・三鷹市学校薬剤師会主催、杏林大学医学部付属病院薬剤部協力

視覚障害者ガイドヘルパー養成講習
三鷹市社会福祉協議会主催、基礎的な介護技術の習得を目的とするガイドヘルパー養成講習を行います。

介護者談話室
三鷹市社会福祉協議会主催、日ごろの介護でお困りのこと、悩みを相談できる場です。

社会福祉事業団で職員募集
理学療法士(契約職員) 平成16年4月1日現在50歳未満の理学療法士免許保有者。

募集
8月分 一般寄付 1万9千円 東京都自転車商協同組合三鷹支部 3万円

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時

在宅介護支援センター介護教室 高齢者のお口の健康と肺炎予防と口腔ケア
弘済園在宅介護支援センター・野村病院在宅介護支援センター・在宅介護支援センター太郎共催

市民健康講座「日常生活の中のアロマセラピー」
もっと日常生活の中に香りを取り入れてみませんか。

介護者談話室
三鷹市社会福祉協議会主催、日ごろの介護でお困りのこと、悩みを相談できる場です。

社会福祉事業団で職員募集
理学療法士(契約職員) 平成16年4月1日現在50歳未満の理学療法士免許保有者。

募集
8月分 一般寄付 1万9千円 東京都自転車商協同組合三鷹支部 3万円

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時

こもれび ほっと・サークル 高齢者のためのお食事会
NPO法人こもれび主催、住宅街の一角にあるスペース・Sを会場に、和食で遅い秋を楽しむまじょう。

薬のなんでも相談
三鷹市薬剤師会・三鷹市学校薬剤師会主催、杏林大学医学部付属病院薬剤部協力

視覚障害者ガイドヘルパー養成講習
三鷹市社会福祉協議会主催、基礎的な介護技術の習得を目的とするガイドヘルパー養成講習を行います。

介護者談話室
三鷹市社会福祉協議会主催、日ごろの介護でお困りのこと、悩みを相談できる場です。

社会福祉事業団で職員募集
理学療法士(契約職員) 平成16年4月1日現在50歳未満の理学療法士免許保有者。

募集
8月分 一般寄付 1万9千円 東京都自転車商協同組合三鷹支部 3万円

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時

在宅介護支援センター介護教室 高齢者のお口の健康と肺炎予防と口腔ケア
弘済園在宅介護支援センター・野村病院在宅介護支援センター・在宅介護支援センター太郎共催

市民健康講座「日常生活の中のアロマセラピー」
もっと日常生活の中に香りを取り入れてみませんか。

介護者談話室
三鷹市社会福祉協議会主催、日ごろの介護でお困りのこと、悩みを相談できる場です。

社会福祉事業団で職員募集
理学療法士(契約職員) 平成16年4月1日現在50歳未満の理学療法士免許保有者。

募集
8月分 一般寄付 1万9千円 東京都自転車商協同組合三鷹支部 3万円

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時

多摩府中 保健所
11月の食品・環境衛生出張窓口 11月25日(木)午後1時〜4時