成田赤十字病院 公開健康講座

地域の皆さんが健康で安心して暮らすための講座です。

■日時　11月14日（土）14：00～15：30
■場所　成田赤十字病院アメニティ棟2階大会議室
　＜成田市飯田町90番地1＞
■内容　ブルーサークルアクション2026
　～世界糖尿病デーに糖尿病について考える～
■講師　永野　秀和さん
　（同病院　第二糖尿病・内分泌代謝内科部長）
■定員　70人
■申込み　二次元コードから申込み

問 成田赤十字病院社会課 ☎（22）2311

11月8日は「いい歯の日」 オーラルフレイルに日ごろから気をつけましょう

お口の機能には主に「噛む」「飲み込む」「話す」の3つの働きがあります。これらの機能は加齢とともに低下する傾向にあり、40代頃から徐々に衰え始めます。（オーラルフレイル）
お口の機能が低下すると、食事中にむせたり、食べこぼしが増えたり、噛めない食品が増えたり、栄養状態が悪化して全身の健康にも悪影響を及ぼすことがあります。



オーラルフレイルに早めの対策を
○定期健診の実施
○フロスや歯間ブラシなどの補助清掃用具の使用
○嚥下体操の実施

お口の機能の維持は健康寿命を延ばすことにもつながります。
オーラルフレイルを予防し、人生をより長く楽しく、健やかに過ごしましょう。

問 健康推進課 ☎（93）4121

～食べる力を守る講座～ 鳳生会成田病院　地域向けセミナー

リハビリテーションスタッフが嚥下障害を引き起こす原因などをわかりやすく解説します。また、食べる力や姿勢のチェック、嚥下障害予防体操を行います。

■日時　11月22日（日）10：00～12：00
■場所　医療法人鳳生会　成田病院
　＜成田市押畑896＞
■内容　いつまでも美味しく食べるために～食べる力を守る講座～
■定員　先着20人
■申込み　11月20日（金）までに、電話または二次元コードから申込み

問・申込先　医療法人鳳生会　成田病院 ☎（22）1500

第37回 腎臓病を考える会

■日時　11月15日（日）13：00～15：30
■場所　ホテルポートプラザちば2階 ロイヤル
　＜千葉市中央区千葉港8-5＞
■内容　①腎臓と腸の意外なカンケイ！
　食事と生活で見直すCKD対策
　②腎臓を守りながら低栄養を防ぐ食事の考え方
■講師　○若林　華恵さん
　（同病院　腎臓内科医師）
　○大平　知穂さん
　（同病院　臨床栄養部　管理栄養士）
■定員　100人
■申込み　当日受付



問 県腎臓病協議会 ☎043（256）4661

健康な骨で生きる未来へ―多職種で取り組む“骨粗しょう症”― 国際医療福祉大学成田病院　市民公開講座

骨粗しょう症をテーマに講座を開催します。
第1部では、日本の整形外科界のエキスパートによる最新レクチャーと対談を行います。 第2部では、医師や専門スタッフが、骨を強くし骨折を防ぐための生活習慣のコツを解説します。

■日時　11月28日（土）14：00～16：00
■場所　国際医療福祉大学成田病院4階 成田国際ホール
■講師　○八木　満さん（同病院整形外科部長）
　○大谷　慎也さん（同病院整形外科外科医師）
■定員　200人
■申込み　電話または二次元コードから申込み

問・申込先　国際医療福祉大学成田病院 ☎（35）5600

