



ヘルスアップ 通信

～予防・維持・改善～

発行日：平成 30 年 6 月 14 日

Vol 5

医療法人埼玉会 生活習慣病対策会議よりお知らせ

写真は体成分分析装置のイメージ

ぼくのお父さんお母さんは健康なのかな？

～8 月 キッズ医療体験ツアーを開催致します！～

こんにちは、医療法人埼玉会生活習慣病対策会議の岸田と申します。私たちは健康の「維持」、生活習慣病を「予防」、そして生活習慣の「改善」を地域の皆さまへ発信することを目的に活動しております。私ごとですが働き盛り、そして子育て真っ盛りの 35 歳にある病気を経験いたしました。今思うと生活習慣も乱れていたかと思えます・・・ 経験からひとつ分かった事があります。近年の最新医療においては良い薬があり精密な検査があり最新治療があります。病気の勢いというものはその最新医療で抑える事ができますが、衰えた体力や乱れた生活習慣というものは自分自身の意識や考え方、取り組み次第であるという事です。ストレス・過労・睡眠不足・暴飲暴食というものは薬では治せないものだと思います。前置きが長くなりましたが、今回は表題にもありますように「キッズ医療体験ツ

アー」のご案内をさせていただきます。（詳細 3 ページ）夏休みの土曜日午後から小学 4 年生～6 年生を対象に親子で参加できる医療体験ツアーを実施致します。お子様には白衣を着て頂き親御さんの身体測定や血圧測定を行なってもらい、当院の様々なセクション（診察室・処置室・MRI 室・リハビリ室など）をスタンプラリー方式で体験していただけるよう準備しております。また体成分分析装置（In Body）にて体の水分量や体脂肪、筋肉量等の計測体験も予定しております。お子様の自由研究の参考になるようなデモンストレーションの実施やお子様の名前入り白衣のプレゼントもあります！是非この機会に親子で楽しく健康意識を高めましょう！

スタッフ一同、心よりお待ちしております。

筆者：事務局 岸田有介



（株式会社インボディ・ジャパン HP より）

体成分分析装置（In Body）とは、体を構成している成分を「筋肉と脂肪の割合」、「部位別筋肉バランス」、「体の構成成分」、「内臓脂肪指数」等を計測できる装置です。当院においてはリハビリテーション室に設置しており、移動可能です。この装置は、医療機関や研究施設、スポーツジム等のトレーニング施設に設置されている医療機器・計量機器に分類されます。

第9回

コ・ス・パヘルスアップ

教室のお知らせ



医療法人 埼玉会

埼玉草加病院
SAIYU SOKA HOSPITAL

COIPA
Comfortable Sports Space



プログラム

- ・適切なストレッチ
- ・音楽に乗ってリズム運動♪

※椅子を利用し軽度な負荷で行いますのでご安心ください。

参加費は「無料」 (定員 30 名まで)

フィットネスクラブの健康運動指導士が講師！埼玉草加病院のリハビリテーション部スタッフや看護師も参加します。皆さん笑顔で楽しく汗を流してます！是非、運動習慣のきっかけにいかがですか！

日時場所: **平成 30 年 6 月 23 日 (土)**

午後 2 時～午後 3 時 さいゆうヴィレッジ 3F

(埼玉草加病院 3F 会議室)

申込場所: 埼玉草加病院リハビリテーション部窓口

※ロッカーはございませんのであらかじめ動きやすい服装でお越しください

イベント インフォメーション

▪ 「公開講座 糖尿病運動療法アップデート」

本会議が主催する年 2 回の生活習慣に関わる講演会です。今回は講師に天川先生をお呼びし、糖尿病における運動療法について実技を交えた勉強を医療従事者や運動療法に係る方々を対象に開催いたします。

平成 30 年 6 月 22 日 (金) 19 : 00～20 : 00 さいゆうヴィレッジ 3F 会議室

▪ 「第 9 回 コ・ス・パ ヘルスアップ教室」

3 ヶ月に 1 度、コ・ス・パ松原様と生活習慣病対策会議のコラボレーションにて開催している無料運動教室です。

平成 30 年 6 月 23 日 (土) 14 : 00～15 : 00 さいゆうヴィレッジ 3F 会議室

▪ 「第 1 回 親子でキッズ医療体験ツアー!! In 埼玉草加病院」

今回は初めての試みとなる親子参加型の病院体験ツアーです。※詳しくは 7 月初旬にホームページへアップロード致します。

平成 30 年 8 月 25 日 (土) 14 : 00～15 : 00 さいゆうヴィレッジ 3F 会議室

▪ 「法人 40 周年記念イベント」

当法人「医療法人埼玉会」が草加市地域の皆さまに支えられ今年 11 月で法人設立 40 周年を迎えます。

地域の方々への心からの感謝をこめて特別講演などの皆さまのお役にたてるイベントを企画できればと考えております。

準備が整いましたら早めにお皆さまへご案内できるよう当会議室メンバー一丸となり進めております。今しばらくお待ちください。

平成 30 年 11 月の日曜日に開催予定

さいゆうヴィレッジ 3F 会議室

ヘルスアップ

通信

～予防・維持・改善～

Vol 5



お問い合わせ

発行元

医療法人埼玉会

生活習慣病対策会議

室長 村上 卓也 (理学療法士)

草加市松原 1 丁目 7-22

埼玉草加病院

電話 : 048-944-6111

永沼 寛泰

草加市松原 1 丁目 7-22

株式会社メイトピア

電話 : 048-944-1667

事務局 岸田 有介

川口市戸塚東 3-3-18

埼玉川口クリニック

電話 : 048-291-1200

