

健康相談



健康ミニ講座

① 『あたまとからだのリハビリ ～レクササイズと海潮音（みしおね）体操～』

午後 1 時 45 分～

講師：中嶋 梨江（なかじま りえ）氏

（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 理学療法士）

② 『言葉づかい～思いやりの一言～』

午後 2 時 15 分～

講師：米山 淑子（よねやま よしこ）氏

（特定非営利活動法人生き生き介護の会 理事長）

会場：気仙沼市保健福祉センター「燦さん館」

気仙沼市唐桑町石浜 282-3

受付／血圧

お医者さんによる健康相談

高橋 龍太郎（たかはし りゅうたろう）氏（東京都健康長寿医療センター研究所 老年病専門医）
軽部 俊二（かるべ しゅんじ）氏（医療法人社団つくしんぼ会 医師/「百歳までウォーキング」会長）

リハビリ・介護よろず相談＋ノルディック・ウォーキング体験（室内・外）

米山 淑子（よねやま よしこ）氏（特定非営利活動法人生き生き介護の会 理事長）
山本 信行（やまもと のぶゆき）氏（昭仁会 老人保健施設「四季の里」 理学療法士）
中嶋 梨江（なかじま りえ）氏（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 理学療法士）
榎戸 理沙（えのきど りさ）氏（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 作業療法士）
樋口 和奏（ひぐち わかな）氏（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 理学療法士）
菅原 康宏（すがわら やすひろ）氏（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 臨床心理士）
浅川 和行（あさかわ かずゆき）氏（八王子市教育支援課就学相談員）【申し込み不要】
鈴木 隆一（すずき りゅういち）氏（元中学校教諭）

ノルディック・ウォーキング体験（午後
3時30分から）もあります！

参加費無料。お気軽にご参加ください。

主催：「気仙沼支援 医療・福祉関係5団体」
東京都健康長寿医療センター研究所
百歳までウォーキング

共催・協力：気仙沼市社会福祉協議会
気仙沼市地域包括支援センター

問い合わせ：気仙沼市地域包括支援センター

電話：0226-22-3463 保健師 熊谷



➤高橋 龍太郎氏（前地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所副所長）

京都大学医学部をご卒業後、東京都老人医療センター（現・東京都健康長寿医療センター）勤務。その後カナダで研究員として過ごされたのち、日本に戻られ、東京都老人医療センター、岩手県沢内村や宮城県鶯沢町などで勤務され、その後、東京都老人総合研究所副所長を経て、多摩平の森の病院に勤務。

➤軽部 俊二氏（医療法人社団つくしんぼ会 医師）

東京大学医学部で高齢者の整形外科を専攻し、ルイジアナ州立大学に留学。その後、東京都の老人医療センター（現在の東京都健康長寿医療センター）整形外科部長を務めた後に退官。退職後は民間の老人医療機関、介護福祉専門学校、北海道の医療に携わり、現在、医療法人社団つくしんぼ会つくしんぼ大山診療所で在宅医療に取り組んでいる。また、「百歳までウォーキングの会長」として、医学的観点からノルディック・ウォーキングの普及に努めている。

➤米山 淑子 氏（特定非営利活動法人生き生き介護の会 理事長）

日本老年行動科学会常任理事、特定非営利活動法人生き生き介護の会理事長。昭和48年より神奈川県内の特別養護老人ホーム生活指導員として高齢者福祉に携わる。平成4年～平成12年まで都内の施設で施設長を務める。その間、全社協、東京都、都社協等で各種委員を務める。著書は、「思いやりのひとこと一介護するあなたへ」「認知症介護—困る場面の声かけテクニック」など。

➤山本 信行 氏（昭仁会 老人保健施設「四季の里」 理学療法士）

昭和50年高知リハビリテーション学院卒業後東京都養育院付属病院就職。平成10年東京都板橋ナーシングホームに異動 特養・老健・通所リハに関わる。平成16年東京都老人医療センターに再移動。平成23年東京都身体障害者福祉センターに異動。平成24年東京都を退職 昭仁会 老人保健施設四季の里に就職現在に至る。平成27年3月ノルディックウォークの研修を受け、指導員資格を取る。6月地域包括ケア 療法士派遣事業 当地区の講演開始。

➤中嶋 梨江 氏（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 理学療法士）

H22年3月 豊橋創造大学 医療保健学部理学療法学科 卒業。
H22年4月 東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 入職。
日本理学療法士協会、老年医学会所属。

➤榎戸 理沙 氏（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 作業療法士）

H24年3月 茨城県立医療大学 保健医療学部作業療法学科 卒業。
H24年4月 東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 入職。
日本作業療法士協会所属。

➤樋口 和美 氏（東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 理学療法士）

H26年3月 杏林大学保健学部理学療法学科 卒業。
H26年4月 東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 入職。
平成27年から、研究所「福祉と生活ケア研究チーム」の江尻研究員とともに、震災支援の一環として、気仙沼バージョンのご当地介護予防体操（「ころぶんすすなよ！ 海潮音（みしおね）体操 あんだもはまらいん！」）の地元制作メンバーをサポート。
日本理学療法士協会、公衆衛生学会所属。

➤菅原 康宏 氏（東京都健康長寿医療センターリハビリテーション科、東京都健康長寿医療センター研究所「福祉と生活ケア研究チーム」）

平成23年3月東京都を中途退職。退職後の2年間は、医療法人社団つくしんぼ会に所属しながら被災地のボランティア。現在、東京都健康長寿医療センターリハビリテーション科及び東京都健康長寿医療センター研究所に在籍。
「気仙沼支援 医療・福祉関係5団体」事務長。臨床心理士。
障がい者施設、老人医療センター、東京都児童相談センター、都立小児病院などで多彩な職務経験あり。
現所属学会は、日本老年行動科学会、日本公衆衛生学会。

➤浅川 和行 氏（八王子市教育支援課就学相談員）

玉川大学教育学部卒。東京都の教員として、「通常級」を10年ほど担任し、その後、杉並、昭島、八王子の地域で「特別支援学級」を、その間に「七生特別支援学校（当時は養護学校）」も経験し、都合30年あまり障害児教育に携わってきたベテラン教師。発達障害児の地域連携でも活躍。昨年度までは、東京都八王子市立第五小学校特別支援学級「みどり学級」教諭、「特別支援教育コーディネーター」。今年の4月1日から、八王子市教育支援課就学相談員として八王子市教育相談センターに勤務。
震災後の8月から、児童福祉施設等のお手伝いやスキルアップ研修講師として、度々気仙沼を訪れているパワフルな先生。

➤鈴木 隆一 氏（元中学校教頭）

日本大学文理学部心理学科卒。栃木県の中学校教諭として長年勤務。母親の介護のため、教頭として勤務していた中学校を退職。3年間の介護の末、今年の3月に母親を見送る。H26年以降気仙沼には来ていないが、今年度から気仙沼支援にカンバック。