

あうるへるすの会  
第3回 公開講座



としま健康チャレンジ!  
対象事業

公益財団法人後藤喜代子・ポールブルダリ癌基金協会 寄付講座

# がんと闘い、命を守る

- 日時** 2019年11月24日(日)  
12時～ 開場  
13時～ 開会
- 場所** としま産業振興プラザ  
IKE・Biz 6階 多目的ホール
- 定員** 約150名
- 参加費** 無料



## あうるへるすの会 とは??

すこやかなときも、病めるときも

安心して暮らすために、豊島区の保健福祉について知り考える区民主体の勉強会です。

がんなどの大病をお持ちの方や、赤ちゃんや小さな子どもを育てるお母さんなど身近な人を地域で  
あたたかく支えることも、あうるへるすの会が考える地域包括ケアです

## 問い合わせ先 あうるへるすの会

メールアドレス：[owlhealthtoshima@gmail.com](mailto:owlhealthtoshima@gmail.com)

FAX お申し込み欄 Fax 番号：03-5985-0506

お名前

ご連絡先

同伴者人数

## プログラム

- 12:00～ 開場
- 12:10～12:50 としまる体操※(40分)
- 13:00 開会  
ご挨拶 あうるへるすの会 代表 佐伯晴子  
豊島区長 高野之夫氏
- 13:10～14:00 講演 「がんと闘い命を守る教育」  
講師：小林豊茂氏
- 14:10～14:50 講演 「あなたは愛する人を救えますか？」  
講師：河村剛史氏
- 14:50 閉会  
ご挨拶 あうるへるすの会 副代表 高野千尋  
公益財団法人 後藤喜代子・ポールブルダリ癌基金協会  
理事長 福井康裕氏
- 先着 50名 特別企画!!**
- 15:10～16:40 AED講習会※※(IKE・Biz 6階第3会議室)  
(当日会場でも参加申し込み可能です)

※「としまる体操」とは？

高齢者健康増進事業支援室(東京都健康長寿医療センター研究所)協力のもと開発された「足腰を無理なく効果的に強くする」体操です。

※※AED

最近、駅や空港、劇場などで、AED(エー・イー・ディと読みます)と書かれた器械を見かけることはありませんか。このAEDは、突然の心停止を起こして倒れた人を、そこにいる人たちがその場で使って倒れた人の命を救うことができる医療機器です。

## 講師 紹介

### 小林豊茂氏

豊島区立明豊中学校校長、「校長先生、がんになる」著者

2016年夏、健康診断でステージ4の肺腺がんが見つかる。最大で4センチにまで成長したがんを克服し、闘病を続けながら、現役の中学校長として「がん教育」推進に尽力されている。著書内容：NHK『あさイチ』でも紹介された話題の教育者が、がんとの闘いを語る。突然のがん告知を受けた校長は、3カ月の闘病の後、職場復帰。抗がん剤の影響で髪は抜け落ちていたが、全校集会で生徒たちを前にニット帽を外した。それは、自らの闘病をとおして「がん教育」を行う教育者の姿だった。

### 河村剛史氏

医師 医学博士、健康スポーツ関連施設連絡協議会会長、河村循環器病クリニック院長

兵庫県立健康センター所長を経て、兵庫県神戸市を中心に「命の教育」の啓発活動を行い、平成24年には日本循環器学会・米国心臓病学会から長年の心肺蘇生法普及啓発活動に対して表彰され、現在も熱心に活動を続けている。

主催 あうるへるすの会(豊島区の保健福祉を勉強する会)

公益財団法人後藤喜代子・ポールブルダリ癌基金協会

共催 豊島区

後援 公益社団法人豊島区医師会、公益社団法人東京都豊島区歯科医師会、公益社団法人豊島区薬剤師会  
社会福祉法人豊島区民社会福祉協議会、公益財団法人としま未来文化財団、豊島区商店街連合会  
豊島ケーブルネットワーク株式会社、健康スポーツ関連施設連絡協議会、豊島区看護師会

協力 元気！ながさきの会、豊島区高齢者クラブ連合会