

第14回サクラ・ヘルスフェア



●共催：ニューヨーク日系人会（JAA）、邦人医療支援ネットワーク（JAMSNET） ●後援：在ニューヨーク日本国総領事館

テーマ「安全で健康なライフを」

期間：4月9日(土)～5月8日(日)

COVID-19の今、サクラの下、安全で健康なライフを過ごすための役立つ情報をお届けします。どなたでも参加できます！



■お申込み / 問合せは NY 日系人会へ(但し、指定の電話番号以外)
Tel: 212-840-6942 E-Mail: info@jaany.org
■会場：49 W. 45th St., 11th Fl. (bet. 5th & 6th Ave.)
※企画により材料代の徴収がございます。

4月	時間	タイトル	企画担当 講師 / 指導者 (敬称略)
9日(土)	4月9日から YouTube配信 お好きな時間に 視聴できます	オンラインYouTube 日系人強制収容の歴史「古本武司さんのストーリー」 強制収容所生まれのベトナム帰還兵～強制収容から80年 ※視聴ご希望の方はJAAにお申込みください。YouTubeリンクをEメールで送ります。	取材：津山恵子(ジャーナリスト) 撮影・編集：柏原雅弘(ビデオグラファー) 企画：JAA
	14:00-16:00	コミュニティーカフェ @ JAA Hall (お茶・お菓子付き) どなたでも参加できる雑談の場です。居合わせた方と楽しくお話ししたりActivityをしましょう。マスクをご持参ください。	担当：坂神けいこ(NY市保健精神衛生局) 企画：高齢者問題協議会
	19:00-20:00	オンライン(ZOOM) 講座：「チョムスキーと言語脳科学」読後討論会	講師：杉村真美 企画：HEIAN
10日(日)	13:00-16:00	オンライン(ZOOM) & JAA Hall：「春の句会」	企画：俳句会「方舟」ハコ句会
11日(月)	10:00-12:00	春らしいヘアスタイルにしましょう！シニアへの無料ヘアカット	担当：田原ミチ、佐々木ノリ、津田やすこ、小林はるか(ヘアスタイリスト)
13日(水)	11:30-12:30	裏千家茶道デモンストレーション	講師：真田宗知、鈴木宗律(裏千家助教授)
14日(木)	10:00-12:00	電話個別相談室「法律相談室(移民法以外)」(各30分)	担当：笠野玲子(弁護士) 企画：JAA
	12:00-14:00	春の敬老会～BentOnのお弁当～ 愛世梨乃さんの歌とギタリスト小川智也さんの演奏で民謡やアニメソングをお楽しみください。参加費：会員\$5	企画：JAA 社会福祉部
15日(金)	10:00-12:00	折り紙クラス ～世代を超えて折り紙を楽しみましょう～ 会場：JAA Hall	講師：小林利子 企画：OrigamiTherapy Association
19日(火)	19:00-21:00	オンライン(ZOOM) & JAA Hall： ニューヨーク混声合唱団による公開リハーサル	指揮・指導：嶋田あや、ピアノ：浅沼里香子 企画：ニューヨーク混声合唱団
21日(木)	10:00-12:00	電話個別無料相談「米国の移民法」(各15分)	担当：寺井真美(弁護士) 企画：JAA
22日(金)	11:00-12:00	墨画 @ JAA Hall	指導：萩原敏子
	13:15-15:00	オンライン(ZOOM) & JAA Hall：JAA コーラス	指導ディレクター：田中智弥 企画：JAA コーラス部
23日(土)	10:00-11:30	オンライン(ZOOM) 講座： 「子育て期の女性の体の変化と健康管理」	講師：澤井未央(産婦人科医) 企画：ニューヨークすくすく会
	13:00-14:30	オンライン(ZOOM) & JAA Hall：「リモート茶話会」 弓削看護師と話そう～身体の不調や介護・認知症その他	講師：弓削容子(在宅訪問看護師) 企画：NYシルバー会
	19:00-20:30	オンライン(ZOOM) 講座：アドバンスケア	講師：中川俊一(コロムビア大学病院緩和ケア医師) 企画：Japanese SHARE & JAA
4/23(土)～5/9(月)	オンラインYouTube講座	ライオンズ大学：大人の教養講座シリーズ 大好評のインターネット配信！第4弾！ 日本で大人気の有名講師陣がYouTubeで講演配信！4月23日(土)～5月9日(月)まで公開中 ★4/23(土) 15:00-17:00 JAA ホールのTVにて公開視聴！ご自宅で視聴できない方はご参加ください★ 各講師30分の凝縮セミナー。全てご自由に視聴できます。申込先：NY日系人会 info@jaany.org	
		「これで安心！おひとりさまの永住帰国」	講師：山口里美(一般社団法人日本リレーションサポート協会 代表理事)
		「kimonoと五感で楽しく認知症ケアと予防！コロナの嗅覚低下改善にも効果的」	講師：石川立美子(介護研究家)
		「心と身体もスッキリ！イスを使って簡単にできる古典ヨガと瞑想」	講師：中里えみこ(古典ヨガインストラクター)
		「タオルからぬいぐるみを作る～「たおるマジックセラピー講座」	講師：占部千代子(心と身体のカウンセラー)

24日(日)	10:00-11:30	オンライン(ZOOM)講座: 不妊治療中の前向きな心と体の作り方講座	講師:表西 恵(Ph.D)、澤井未央(産婦人科医) 企画:YMメディカルネットワーク
	17:00-18:00	オンライン(ZOOM)講座:「子供の目について」	講師:遊馬 吉右衛門(眼科医) 企画:ニューヨークすくすく会
25日(月)	13:00-15:00	ボランティアセミナー&浴衣着付け体験会 @ JAA Hall	企画:NY de Volunteer
	16:00-18:00	オンライン(ZOOM) & JAA Hall: 身体と心の落ち着きを得る静坐実習会	講師:名倉幹(東本願寺僧侶)
26日(火)	10:00-11:30	オンライン(ZOOM)講座:「ニューヨークすくすく会 お茶会」 〜お産の流れと産後の生活〜	講師:渡辺奈月(ホリスティックヘルス・インストラクター) 企画:一般社団法人ホールフード・ライフスタイル研究所
	10:45-11:45	太極拳とバランスエクササイズ 会場:JAA Hall	講師:高橋悦子 企画:JAA
	13:00-14:00	書道クラス体験 会場:JAA Hall	講師:書道部師範 企画:JAA
27日(水)	10:00-11:30	オンライン(ZOOM)講座: パートナーとの健康的な関係の作り方講座	講演者:窪田絵里(Ph.D)、ノラ・コーリ(LCSW, LMSW, MSW)、 永尾香織(ATR-BC)、澤田美希子(LSCW) 企画:YMメディカルネットワーク
	15:00-16:00	オンライン(ZOOM) & JAA Hall: 邦人安全対策虎の巻~NYPD現役担当官が教えてくれる身の守り方	講師:NYPD 企画:在NY日本国総領事館、NY日系ライオンズクラブ
	18:00-19:00	オンライン(ZOOM)講座:心身のバランスを整える呼吸法、 簡単なヨガのポーズ、臼井式レイキの練習と実践(中級者向け)	講師:渡辺奈月(ホリスティックヘルス・インストラクター) 企画:一般社団法人ホールフード・ライフスタイル研究所
	19:00-20:30	オンライン(ZOOM)講座: ライフ・バランス・ワークショップ	講師:プロディー愛子(ICF認定ライフコーチ) All Is Well Coaching
28日(木)	12:00-14:00	4月の第2敬老会~BentOnのお弁当~ 安西弦医師の「健康についてのお話」 Iwaki Bandの音楽をお楽しみください。参加費:会員\$5	企画:JAA 社会福祉部
29日(金)	10:00-11:15	オンライン(ZOOM)講座: お家でできる子供の体と心の発達を促す遊び ◆申込み、問合せ: appletimeny@hotmail.co.jp	講師:スバシユニック松田直子(米国作業療法士) 企画:アップルタイム
	15:00-16:00	オンライン(ZOOM)講座: NY州の公的医療保険(オバマケア)について	講師:井口 愛 企画:日米ソーシャルサービス(JASSI)
30日(土)	10:00-12:00	オンライン(ZOOM)講座: 「妊婦さんとパパの懇親会」	講師:加納麻紀(内科・小児科医) 新場裕美(国際認定ラクテーション・コンサルタント、助産師) 企画:ニューヨークすくすく会
	13:00-14:00	オンライン(ZOOM)講座: おうちでできる簡単養生レシピ	講師:浅野祥子&マイヤ・ロビンソン(クリニカル・ハーバリスト)
	19:00-20:00	オンライン(ZOOM)講座:夏目漱石「こころ」読後討論会	講師:杉村真美 企画:HEIAN
5月			
1日(日)	13:00-16:45	第3回乳がんシンポジウム@イーストコースト・サウス <最新の科学治療法と遺伝子検査との関係> 「最新の検査による乳がん個別化治療」	企画:BCネットワーク 司会:久下香織子キャスター 講師:上野直人 医師 (腫瘍内科教授・テキサスMDアンダーソンがんセンター)
	医師講演	「更年期と閉経と婦人科系がん」	講師:常盤真琴 医師 (産婦人科准教授・コロンビア大学病院)
	経験者トーク	「乳がん再発患者としての16年」	講師:山本眞基子(BCネットワーク代表)
	参加申込	参加申込はBCネットワークホームページから http://bcnetwork.org BCネットワークHPで配信(ZOOM)招待URLを4/23(土)に発表。 オンライン(ZOOM)参加人数制限なし、会場参加40名迄 会場:NY日系人会 49 West 45th St., 11th Floor, NYC	
4日(水)	13:00-15:00	オンライン(ZOOM) & JAA Hall:子供の歯科&医療セミナー	講師:Dr. Robert Lim(歯科医)、加納麻紀(小児科医) 企画:ニューヨークすくすく会
6日(金)	10:30-11:30	オンライン(ZOOM)講座: ウオームアップ&リラクゼーションストレッチ	講師:オシオリ依子(AFAA公認 Aerobics Instructor)
8日(日)	10:00-12:00	乳幼児&成人の心肺蘇生(CPR)ワークショップ @ JAA Hall 〜意識不明、呼吸困難など、緊急事態の対応〜	講師:加納麻紀&金原聡子(内科・小児科医) 企画:ニューヨークすくすく会
	15:00-17:00	唄と舞(よさこい) 梨乃&天手古舞 @ JAA Hall	企画:Mar Creation, Inc.