

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ナルサポート協会 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」 「更年期と閉経と婦人科系がん」 | 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 | | 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. |