

第28回板橋区医師会医学会 区民公開講座

参加費
無料

申込制

日時

令和6年12月8日(日)

開場 ▶ 13:00 開演 ▶ 13:30

会場

板橋区立文化会館 大ホール

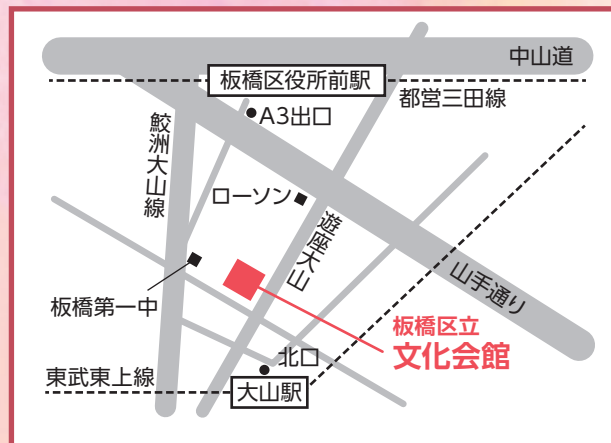
板橋区大山東町51-1

アクセス

東武東上線「大山」駅 北口から徒歩約3分

都営三田線「板橋区役所前」駅A3出口から徒歩約7分

※駐車場はございませんので、お車でのご来場はご遠慮ください。
※お子様と一緒に参加されるご家族向けに、会場のロビーに視聴スペースの用意がございます。



定員

1200名(先着順)

※定員になり次第、締め切ります。

13:45

東京都相互理解のための対話促進支援事業

13:55

医療保険のしくみについて

板橋区医師会理事 松岡 智治

13:55

特別講演 I

こども達の心身の現状と課題

～ こどもの生活習慣病を中心に ～

14:40

座長 石川医院 院長 宮川 美知子

講師 和洋女子大学 家政学部
健康栄養学科 教授 原 光彦

我が国では、世界最速で少子高齢化が進んでいます。現在、こどもの健やかな発育を目的とした様々な政策が行われていますが、こどもの肥満や生活習慣病予防対策は十分とはいえません。今回は、小児生活習慣病の現状を説明し、演者が開発した「新しい小児生活習慣病予防健診」の紹介をさせていただきます。

14:50

特別講演 II

より良い睡眠をもとめて

～ 健康づくりのための睡眠ガイド2023の紹介 ～

15:35

座長 板橋区医師会副会長 吉野 正俊

講師 国立精神・神経医療研究センター
精神保健研究所 栗山 健一
睡眠・覚醒障害研究部 部長

良い睡眠を確保することが、健康維持・増進には大切です。昨年末に厚生労働省は、「健康づくりのための睡眠ガイド2023」を公表し、この中で良い睡眠を確保するためのポイントを示しました。本講演では、「健康づくりのための睡眠ガイド2023」の作成に携わった医師が、良い睡眠をとるためのコツを解説します。

15:45

特別講演 III

マイナンバーカードの仕組みと
健康保険証

16:30

座長 板橋区医師会理事 堀内 敏行

講師 こども家庭庁支援局総務課長
前厚生労働省保険局保険課長 山下 護

これまで慣れ親しんだ健康保険証がマイナンバーカードになりますが、そもそもマイナンバーカードとはどういう仕組みなのか。国が、私たちひとりひとりに番号をつけたというが、どうして私たちがマイナンバーカードを持たなければいけないのでしょうか。

主催 公益社団法人板橋区医師会



第28回 板橋区医師会医学会 区民公開講座申込方法

参加費
無料

定員
1200名
(先着順)

参加ご希望の方は、板橋区医師会のWebサイトまたは往復ハガキで11月25日までにお申し込みください。ただし、定員(1200名)になり次第、締め切りとなりますのでご了承ください。

板橋区医師会 Webサイトから お申し込み

<http://www.itb.tokyo.med.or.jp/gakkai/index.html>

区民公開講座参加申込みの入力フォームに必要事項をご入力の上お申し込みください。
正常に登録が完了しましたら、お申込完了のメールを送信いたします。



往復ハガキでの お申し込み

往復ハガキの方はお申し込み後から10日前後でお申込完了のお知らせ(返信ハガキ)を送付いたします。
当日ハガキの持参は不要です。

申し込み内容

①郵便番号・住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号 ④申込人数

※往復ハガキは、返信用にも住所・氏名を記入してください。

※ハガキ1枚につき申込は最大2名までです。

※氏名・住所等の個人情報は、返信ハガキの送付にのみ使用させていただきます。

申し込み先

板橋区医師会医学会事務局 〒173-0012 板橋区大和町1-7

往復ハガキ記入例

85円 〒173-0012 板橋区医師会 医学会事務局 行 東京都板橋区大和町1番7号	※何も書かないでください。	85円 □□□□□□ お申し込み者のお名前様 お申し込み者のご住所	①郵便番号・住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号 ④申込人数
〈往信-表面〉	〈返信-裏面〉	〈返信-表面〉	〈往信-裏面〉

お問い合わせ

■板橋区医師会医学会事務局 〒173-0012 板橋区大和町1-7
<http://www.itb.tokyo.med.or.jp>

電話 03-3962-1301

■板橋区健康生きがい部健康推進課 〒173-8501 板橋区板橋2-66-1

電話 03-3579-2727