

ウィズコロナ時代の 健康管理術



このフェスティバルは県民の健康増進と福祉の向上を目的として毎年開催しています。生活習慣病の知識を深めることにより、病気の予防をしっかりと出来るようにすることが目標です。

新型コロナウイルス感染症のため外出を控え、家にいることが多い日々が続いています。従って体や心にダメージを受けている方が沢山いらっしゃいます。

今回の内容は筋力の低下によるロコモティブ症候群やフレイルの予防、ストレスなどによるうつ病の予防、そして健康に大きく影響するタバコの受動喫煙防止条例についてお話しします。

**特別
講演**

「ロコモ・フレイルの予防と 呼吸リハビリテーション」

講師：千住 秀明 先生

【公益財団法人結核予防会複十字病院
呼吸ケアリハビリセンター付部長】

**講演
1**

「コロナうつ・コロナ肥満の 予防に『笑いヨガ』」

講師：大平 哲也 先生

【福島県立医科大学医学部疫学講座主任教授】

**講演
2**

「みなさん福島県に 受動喫煙防止条例が出来たの、 知っていますか？」

講師：坪井 永保 先生

【福島県医師会常任理事／郡山医師会副会長／
一般財団法人慈山会医学研究所附属坪井病院理事長／
一般社団法人 Tobacco-freeふくしま副代表】

開催形式

期間限定
web配信



配信期間

11月～12月の
2か月間

NOVEMBER → DECEMBER

対象者

福島県民の皆様
参加費は **無料**



講演動画



主催：一般社団法人福島県医師会

後援：福島県・福島県市長会・福島県町村会・一般社団法人福島市医師会・一般社団法人伊達医師会・一般社団法人安達医師会・一般社団法人郡山医師会・一般社団法人田村医師会・一般社団法人須賀川医師会・一般社団法人石川郡医師会・一般社団法人白河医師会・一般社団法人東白川郡医師会・公益社団法人会津若松医師会・一般社団法人喜多方医師会・一般社団法人両沼郡医師会・一般社団法人南会津郡医師会・一般社団法人相馬郡医師会・一般社団法人双葉郡医師会・一般社団法人いわき市医師会・福島県立医科大学医師会・公益社団法人福島県歯科医師会・一般社団法人福島県薬剤師会・公益財団法人福島県保健衛生協会・公益社団法人福島県看護協会・公益社団法人福島県栄養士会・一般社団法人福島県医療福祉情報ネットワーク協議会・福島民報社・福島民友新聞社・NHK福島放送局・福島テレビ・福島中央テレビ・福島放送・テレビユー福島・株式会社ラジオ福島

一般社団法人 福島県医師会

お問い合わせ

☎ 024-522-5191

🌐 <https://www.fukushima.med.or.jp>