

病院給食体験コーナー

保育園児のお絵描きコーナー

健康相談コーナー

よさこい(蒼華天夢)

バルーンアート体験コーナー

露店コーナー

吹奏楽演奏(北鷹高校)

白衣を着てみよう! ないきい看護師さん

桂 三河独演会

射的コーナー

放射線画像展示コーナー

薬剤師体験・キッズファーマシー

お薬相談コーナー

ポスター展示

農協婦人部の販売コーナー

スタンプラリー

病院祭

つなごう人の輪 広げよう思いやり

日時:平成29年9月23日(土)

10時~13時

講演:いいあんべ体操

「必要なことはキョウヨウとキョウイク」

若狭正彦教授(秋田大学)



 **北秋田市民病院**

第6回 病院祭

平成29年9月23日(土)

イベントプログラム

10:00~10:05 **開会**

10:05~10:25 **よさこい**

YOSAKOIチーム 蒼華天夢

10:35~11:05 **講演「必要なことはキョウヨウと**

キョウイク」 ~いいあんべえ体操~

秋田大学大学院医学系研究科

保健学専攻 理学療法講座

教授 若狭正彦



11:20~12:00 **吹奏楽演奏**

秋田北鷹高校吹奏楽部

12:10~13:00 **桂三河落語会**

三代目秋田県住みます芸人 桂三河



詳細は
裏面へ!

北秋田市民病院 病院祭実行委員会

若狭正彦 教授 プロフィール

【所属】

大学院医学系研究科保健学専攻
理学療法学講座

【出身大学】

秋田大学医療技術短期大学部 医療技術学部 理学療法学
1993年3月 卒業

【出身大学院】

東北大学 医学系研究科 機能医科学
博士課程 2007年8月 修了

ミズーリ大学セントルイス校大学院 健康科学研究科
修士課程 1998年8月 修了



いいあんべえ体操とは・・・



生涯にわたって骨や関節の健康を保ち続けることができるよう、誰でも簡単にできる運動です。「ストレッチ運動」、「筋力アップ運動」、「バランス運動」の3つの運動で構成されており、継続して取り組むことで、肩こりや腰痛、姿勢の改善、けが予防等の効果があります。

また、いいあんべえ体操の監修者である**若狭正彦教授**らの研究チームにより効果や安全性が確認されています。

シニア世代のみならず、働き盛りの世代から、いいあんべえ体操に取り組み、いつまでも自分の足で歩き続けられる元気な身体をつくりましょう！