

第8回

区民のための 健康公開講座

日時

2021年
3月6日(土)
開場13:30
開演14:00
(15:50終演予定)

会場

港区立男女平等参画センター 1階
リーブラホール

参加費

無料

【事前申込制・60名】

*小さいお子様や車いすの方でも入場できます。



プログラム内容

第1部 健康講座

講演

「高齢者のための 自宅でできる運動教室」

講師

東京医科大学 高齢者診療科 主任教授 清水 聰一郎 先生
サルコペニア・フレイル指導士 臨床心理士 都河 明人 先生



第2部 音楽会

「ソプラノ辰巳真理恵が贈る ~音楽の宝石箱~」

演奏

ソプラノ歌手 辰巳 真理恵さん
ピアニスト 水野 彰子さん



主催○一般社団法人 東京都港区医師会 共催○港区

お問い合わせ先○東京都港区医師会事務局 ☎03(3582)6261 (土日祝日休み)

お申し込み方法

ホームページでの応募方法

港区医師会ホームページ「お問い合わせ」フォームより応募ください。
抽選の結果は当選・落選に関わらず、応募者住所へはがきにて郵送いたします。
当日は「当選はがき」をご持参のうえ来場ください。
申し込みページ：<https://minatokuishikai.or.jp/contact>

【記入方法】題名に「港区医師会区民のための健康公開講座」と明記し、「お問合せ内容」に以下の項目を記入し、ご応募ください。

- ① 応募者氏名（ふりがな） ② 住所 ③ 電話番号 ④ 同行者の氏名
⑤ 同行者の連絡先

締切り：2/19（金）まで

第8回 区民のための健康公開講座

出演者プロフィール

第1部 健康講座

講師 清水聰一郎 先生 東京医科大学 高齢者診療科 主任教授



所属学会：

日本内科学会会員、日本老年医学会、日本認知症学会、
日本神経学会、日本核医学会

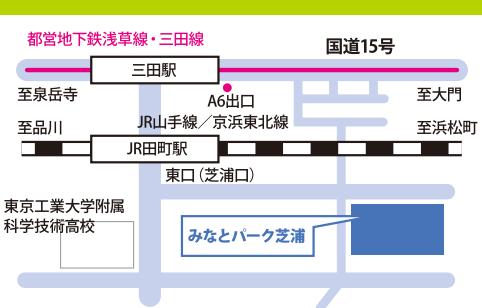
学会認定医・専門医：

日本内科学会総合内科専門医・指導医、日本認知症
学会専門医・指導医、日本神経学会専門医・指導医、
日本老年医学会専門医

- 2000年3月 東京医科大学医学部卒業
2000年4月 東京医科大学大学院医学研究科 老年病学専攻博士課程入学
2000年4月 東京医科大学 老年病学講座 臨床研修医
2004年4月 東京医科大学 老年病学講座 臨床研究医
2006年4月 厚生中央病院 総合内科
2007年4月 東京医科大学 老年病学講座 臨床研究医
2008年5月 米国 UCFS Post-doc Fellow
2009年11月 東京医科大学 老年病学講座 助教
2011年6月 国立精神・神経医療研究センター病院 神経内科勤務
2012年6月 東京医科大学 老年病学講座 助教
2014年1月 東京医科大学 高齢総合医学分野 講師
2019年5月 東京医科大学 高齢総合医学分野 准教授
2020年4月 東京医科大学 高齢総合医学分野 主任教授
2006年5月 東京医科大学佐々記念賞

お願いごと

- 1) 会場内ではマスクの常時着用を徹底しお客様同士の接触は控え、会話は必要最低限に留め、マスク着用下においても咳をする時には腕で口を覆うまたは下を向く等の咳エチケットをお願いします。
- 2) ごまめな手指消毒又は手洗い、接触感染防止のため不用意に自分の鼻・口を触らないようお願いします。
- 3) 来場前に検温し、次の条件に該当する方は入場できないことをご了承ください。
① 検温の結果、平熱と比べて高い発熱がある。
② 咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁・鼻閉、味覚・嗅覚障害、眼の痛みや結膜の充血、頭痛、関節・筋肉痛、下痢、嘔気・嘔吐の症状がある。
③ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がある。
④ 過去2週間以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域への訪問歴、及び当該在住者の濃厚接触がある。
- 4) 交通機関や飲食店等の分散利用や、公演前後の交通機関利用等における感染防止に努めるようお願いします。



会場のご案内 港区立男女平等参画センター 1階 リーブラホール

〒105-0023 東京都港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦1階

<電車でお越しの人>

- JR田町駅 東口（芝浦口） 徒歩5分
- 都営地下鉄三田駅 A6出口 徒歩6分

<バスでお越しの人>

- ちいばす芝ルート・芝浦港南ルート（品川駅港南口行） 「みなとパーク芝浦」徒歩0分
- ちいばす芝浦港南ルート（田町駅東口行） 「芝浦一丁目」徒歩4分
- お台場レインボーバス 「田町駅東口」徒歩7分
- 都営交通 「田町駅東口」徒歩6分

往復はがきでの応募方法

左：往復はがき表

右：返信はがき裏

左：返信はがき表

右：往復はがき裏

63 〒106-0045

（往信）

港区麻布十番1-4-2
東京都港区医師会
区民のための
健康公開講座宛

※医師会より
結果を記入し
返信します。

63 〒106-0045

（復信）

港区〇〇 1-2-3
(ご自分の住所)
港 一郎 様
(ご自分の名前)

- ①名前（ふりがな）
- ②住所
- ③電話番号
- ④同行者の氏名
- ⑤同行者の連絡先

医師会住所記入

何も記入しない

応募者住所氏名を
記入

応募内容を
記入

※応募は1人1回までとし、お2人まで来場頂けます。

応募人数が定員を超えた場合、抽選とさせていただきます。
結果は当落に問わらずハガキにてご連絡いたします。

第2部 音楽会

辰巳真理恵：ソプラノ



東京音楽大学卒業、同大学大学院修了。東京二期会オペラ研修所修了。高校2年の春、父・辰巳琢郎の出演するミュージカル『キャンドイード』に出会い、医学部志望から音大声楽科志望へと180度の方向転換を決行する。透き通る清らかな歌声に父親譲りの芝居心を兼ね備えた、今後を期待される若手ソプラノである。東京二期会オペラへは2016年『フィガロの結婚』にてデビュー。以

後、2017年ベルリン・コミッシェ・オーパーとの提携公演『こうもり』イダ役、2020年日生劇場にて歌い踊り好演した『メリー・ウイドー』ロロ役などに出演。『ラインの妖精』（日本初演）妖精、『ロメオとジュリエット』ステファノ、『シンデレラ』名付け親の妖精、『フィガロの結婚』スザンナ（以上東京オペラ・プロデュース）、『椿姫』ヴィオレッタ、『ラ・ボエーム』ムゼッタ、『魔笛』パパゲーナなど多数出演。『第九』ソリスト、東京・春・音楽祭、ラ・フォル・ジュルネ等へも多数出演。2018年キングレコードより、デビューアルバム『Ba,Be,Bi,Bo,Bu』をリリース。八王子FM「辰巳真理恵のBa,Be,Bi,Bo,Bu」ではパーソナリティを務め好評。10月23日にはサントリーホール ブルーローズにて3度目のリサイタルを開催予定。

水野彰子：ピアノ



3歳よりピアノを始める。愛知県立明和高等学校音楽科、東京藝術大学ピアノ専攻卒業。同大学院修士課程室内楽研究分野を首席で修了。室内楽ピアニスト、声楽伴奏・合唱伴奏ピアニストとして活動し、これまで多くのオペラ歌手や楽器奏者と共に活動している。新国立劇場音楽スタッフ、日本オペラ振興会正会員、藤原歌劇団団員。様々な国際音楽祭に出演し、国内外にて活動。各地の学校へ巡回公演やアウトリーチ活動を行う。2017年、2018年日本郵船クルーズ・飛鳥II「クリスマスクルーズ」出演。教育芸術社音楽教材、合唱CDレコーディングを行なう。FM-NHK「リサイタル・ノヴァ」、テレビ朝日「題名のない音楽会」、BS-TBS「日本名曲アルバム」出演。SHALONE株式会社代表取締役。今後は企業セミナー活動の提携・推進やクラシック音楽のイノベーションを目指す。