第10回サクラ・ヘルスフェア

111 Years of Community Service ★ 助け合って111年 ★

JAMSNET JAPANESE MEDICAL SUPPORT NETWORK IN NEW YORK

●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「サクラと文化と健康！」

期間：4月6日（金）～29日（日）

日本の桜が満開なニューヨークで、日本文化を楽しみ、健康で、安心した生活を過ごすために、全ての年齢層が参加できるように企画致しました。

参加無料

■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.)
※ご注意：色コーナーは会場が JAA ではありませんのでご注意下さい。
（企画により材料代の徴収あります）

4月	時間	タイトル	企画担当 講師/指導者（敬称略）
6日（金）	10:30-12:00	**教育講演会「実行機能：できるのにやらないあの子への対応法」**	講師・相談員：パーンズ静子(School Psychologist) & 森真佐子(Clinical Psychologist)
	12:00-14:00	**個別教育相談室（各25分）個別相談の申込先914-305-2411**	企画：NY日本人教育審議会教育相談室
7日（土）	12:00-13:00	**心も体も元気になる体幹トレーニング ＊ヨガマット必要**	講師：風間愛 (Dance Instructor)
	13:30-14:30	**子供の矯正と歯の健康（親子でご参加下さい）**	講師：Dr. Marc S. Lemchen & Dr. Lacey Winford（歯科矯正専門医） 坂神けいこ（歯科衛生士、上級健康教育専門士）
8日（日）		**休み**	
9日（月）	14:00-15:30	**高齢者の為のセミナー：サクセスフル・エージング** at Community Room, Poughkeepsie Galleria Mall, Upper Level 詳細・申込み office@mhjca.org	講師：Mr. Brian Doyle (Duchess County Office for the Aging 企画：Mid-Hudson Japanese Community Association
11日（水）	17:00-19:00	**NY州健康保険（通称オバマケア）の今後と スペシャル・エンロールメント加入についての説明**	講師：関久美子、原貴子 (NY州健康保険Japanese Navigator) 企画：JAA-CACF
12日（木）	10:00-12:00	**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）
13日（金）	10:00-10:30	**親と子のリトミッククラス：1歳半児以下（まだ歩けない幼児）**	指導：井上昌子
	10:45-11:30	**親と子のリトミッククラス：2歳―3歳（歩ける幼児）**	企画：JAAアップルキッズ
	18:30-20:30	**Discover 青森　in New York: 白崎彩子のジャズと郷土料理　食事代$30**	企画：青森県人会
14日（土）	11:00-12:00	**添加物との付き合い方**	講師：中村あきつ（ナチュラルフード研究家）
	13:00-16:00	**専門家と語ろう　アメリカの医療システム：知っておきたい アメリカでの医療検診、治療、入院、手術、請求書まで**	講師：関久美子(Japanese Navigator & NY Life Insurance agent) 三宅亜希子(NY Social Worker & OSW-C) 企画：SHARE日本語プログラム
	16:00-18:00	**伝統的ハーバリズム（薬草）で健康に～腸を整え美しく長く生きる～**	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）
15日（日）	11:00-12:15	**ウオームアップ＆リラクゼーションストレッチ** ＊ヨガマットor大タオル、動き易い服装とスニーカー持参	講師：オシオリ依子（エアロビクス・インストラクター AFAA公認）
	13:00-15:00	**認知症サポーター講座　みんなで学び、助け合いましょう！**	講師：坂神けい子、宇多田侑子、シュナーベル順子、高橋芳子（キャラバンメイト）
	15:00-17:00	**英語での認知症サポーター講座**	講師：坂神けい子（キャラバンメイト）
	15:00-16:30	**Happiness シリーズ①：The お笑い古今東西**	講師：杉村真美 (ICF Associate Certified Coach)
	16:30-18:00	**Happiness シリーズ②：みんなで人生楽しく開花！**	企画：HEIAN*華麗に加齢
16日（月）	10:00-12:00	**春らしいヘアスタイルにしましょう！シニアへのヘアカット**	担当：田原ミチ、佐々木ノリ、窪田敏次、石津一裕（ヘアスタイリスト）
	18:00-20:00	**桜の名所＆トレンド発信地、Brooklyn に行こう！**	講師：安部かすみ（"NYのクリエイティブ地区ブルックリンへ"の著者）
17日（火）	10:45-11:45	**太極拳とバランスエクササイズ**	講師：髙橋悦子　企画：ＪＡＡ
	13:00-14:00	**書道クラス体験**	講師：書道部師範　企画：JAA
18日（水）	11:00-13:00	**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（裏千家専任講師）
	14:00-16:00	**NY州健康保険（通称オバマケア）の今後と スペシャル・エンロールメント加入についての説明**	講師：関久美子、原貴子 (NY州健康保険Japanese Navigator) 企画：JAA-CACF
	18:30-21:00	**真の安心を求めて　静坐と仏の教えに聞く**	講師：名倉幹（東本願寺僧侶　北米開教使）
19日（木）	10:00-12:00	**個別相談「米国の移民法」（各15分）**	担当：寺井真美（弁護士）　企画：JAA
	12:00-14:00	**敬老会：春のお弁当、Iwaki Band と懐かしい歌を楽しみましょう！**	企画：JAA社会福祉部
	14:00-16:00	**座談会「一人で老後を過ごすサバイバル方法⑪いろいろ体験談座談会」**	座長：野田美知代　アドバイザー：スーザン大沼（弁護士） 企画：高齢者問題協議会
	17:00-20:30	**妊婦さんとパパの懇親会 ～おにぎりお茶付き～** 会費$5　＊メモ、ペン持参	講師：加納麻紀（医師）、関久美子（助産師） 企画：ニューヨークすくすく会
20日（金）	10:00-12:00	**子供の集中力がアップする食事と環境**	講師：原田美咲 (Certified Holistic Health Coach)
	12:00-13:00	**3歳からの知育折り紙**	講師：小林利子　企画：折り紙療法協会
	13:15-15:00	**JAA コーラス**	指導ディレクター：田中智弥　ピアノ：高木真理　企画：JAAコーラス部
	18:00-20:00	**NY州で医療機関を受診するために知っておきたい事　軽食付き**	講師：シン文恵　企画：日米ソーシャルサービス

21日（土）	11:00-14:00	**第14回サクラ祭り　Sakura Matsuri** 高橋礼一郎大使のご挨拶、僧太鼓、JAAコーラス、子供の鼓笛隊、沖縄音楽、花笠音頭（パレード）、野点等 バス・ランチ要予約 Please make your reservation for Bus and Lunch at info@jaany.org /212-840-6942（バス乗車代$5） 会場：フラッシング・メドー・コロナ・パーク near Queens Museum of Art & Skating Rink	ＪＡＡ企画
	8:00-12:00	**子供の矯正・診断** 場所：Marc Lemchen Dental Office 予約：keiko8101@verizon.net	担当：坂神けいこ（歯科衛生士、上級健康教育専門士）
		NY日系ライオンズクラブ企画：ライオンズ大学大人の教養講座シリーズ **いっしょに幸せになりた〜い！** **ペットと過ごすハッピーライフとは：好評第二弾！ペットとの正しい付き合い方＆アニマルケアーについて**	
	10:00 -12:00	**ペットの食・健康管理・出入国検疫のスペシャル講座** **ペットの正しい飼い方、動物の癒し効果、健康管理など、今飼ってる方、これから飼う方へのお役立ち情報満載！**	講師：添田晋吾（獣医師）
	12:00-13:00	**お昼休憩：桜茶とビアードパパのオリジナル・シュークリームでリフレッシュ！** １個から予約できます。１個３ドル。連絡先:JAA 212-840-6842（協力：ビアードパパ）	
	13:30-15:30	**ペットのおしゃれと歯の健康などの特別講座** **予約の取りにくい有名獣医師と人気グルマーを迎えての犬・猫を中心とした** **スペシャル講座です。もちろん、他のペットにもお役立ちの情報満載！**	講師：添田晋吾（獣医師） 講師：泉 史郎（グルーマー）
	16:00-18:00	**春の盆踊り教室**	指導：望月啓佑
22日（日）	10:00-12:00	**日米法律よろず相談室：** **家庭問題・国際離婚・日本での相続・その他いろいろ（各15分）**	担当：宮本憲明　（弁護士）
		JMSA New York Life Science Forum Kids 2018 **お子様を対象にしたサイエンスフォーラム** **子供達が医師や研究者と一緒に実際に実験を行うことでサイエンスに興味を持つことを目的にしています。**	企画：米国日本人医師会（会長　安西弦） 担当：加納麻紀（医師）、樋口聖（医師）
	10:00-12:00	**午前の部（午前、午後の内容は同じです）**	
	13:00-15:00	**午後の部**	
23日（月）	13:00-17:00	**個別相談「米国公的年金ソーシャルセキュリティー」（各30分）**	担当：羽山徹（Financial Adviser）
	18:00-20:00	**将来帰国を考えている方へのアドバイス　失敗しない帰国準備**	講師：羽山徹（Financial Adviser）
24日（火）	19:00-21:00	**ニューヨーク混声合唱団　公開練習**	指導：コルナ紗綾、ピアノ：浅沼里香子 企画：ニューヨーク混声合唱団
25日（水）	16:00-18:00	**NY安全対策懇話会：** **感染症対策講話＆総領事館窓口での諸手続きについて**	講師：在ＮＹ総領事館　継松秀太医務官、石塚勇人領事部長、 鎌田崇英副領事　企画：在ＮＹ総領事館
26日（木）	12:00-14:00	**草月流　生け花デモンストレーション　体験**	講師：ロジャース田村波津枝（草月流師範）
	13:00-14:30	**簡単に出来るエクササイズとアンチエイジングの栄養について**	講師：ジョンソン敬子（Certified Anti-Aging Nutrition Consultant）
	18:30-20:00	**さくらと日本人の心**	講師：高崎康裕　企画：NY歴史問題研究会
27日（金）	18:00-19:30	**ライフバランス・ワークショップ：人生の選択**	講師：ブロディー愛子（米国認定ライフコーチ）
	18:00-18:45	**トランプ大統領下の移民法の問題点について**	講師：寺井真美（弁護士）
	19:00-20:00	**市民権保持者と永住権保持者に係る移民法と税法**	講師：加藤恵子（弁護士）、長谷川久美子（会計士）
28日（土）	10:30-12:00	**ストレス軽減ワークショップ**　＊ヨガマット、バスタオル持参	講師：高森英治（Yoga Instructor/Stress Management Counselor）
	12:30-14:30	**現職看護師と介護士によるＮＹ在宅介護の現状**	講師：弓削容子（在宅訪問看護師）　企画：壮年会、高齢者問題協議会
	14:30-16:30	**コミュニティーカフェ** どなたでもお気軽にご参加できます。お茶とお菓子の用意あります。	担当：坂神けいこ（NY市保健局）　企画：高齢者問題協議会
29日（日）	11:00-12:30	**座談会「経験者と語る不妊治療」** **治療中やこれから治療される女性の方々へ**	担当：磯角有希（Community Health Educator） 企画：ＹＭメディカルネットワーク
	13:30-16:00	**第１１回BCネットワーク乳がんシンポジウム＠NY** **「理解して検査したい乳がんと婦人科系がんの早期発見」** **〜乳がんリスクを考える・知っておきたい婦人科系疾患の検診と症状〜** 手作りクッキーとお飲物提供 申込・質問：BC Network info@bcnetwork.org, 201-400-9629 又はJAA　3〜10歳対象のキッズルーム（定員３人）要予約	フレヤ・シュナベル医師（ニューヨーク大学乳腺外科教授） 常盤真琴医師（産婦人科・コロンビア大学病院） 信元夏代（Aspire Intelligence, LLC/Breaktthourough Soeaking 代表） 瓜阪美穂（理学療法博士/OMPT/ジャパニーズメディカルケア） 企画：BC NETWORK

ニューヨーク日系人会 ■ 49 West 45th Street, 11th Floor, New York, NY 10036 ■ www.jaany.org

米国三井物産基金、ANA ニューヨーク・シニア会、日系ライオンズクラブ、NY 補習校親の会のご支援でこのフライヤーを作成しました。