

2018年度 虎の門病院 肝臓病教室 開催報告

患者家族支援事業として、みなと保健所協力のもと食事教室を開催しました。

～患者家族支援事業～ 脂肪肝を改善させるための 食事教室

〈日時〉 2018年11月3日(土)
11:30～13:00 (受付11:00～)

〈会場〉 港区立男女平等参画センター(リーブラ)2階学習室C
東京都港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦

〈対象者〉 脂肪肝が気になる方とそのご家族

〈定員〉 40人(申込順)

〈持ち物〉 普段使いのごはん茶碗、電卓、
筆記用具

※参加費無料 ※予約制 ※保育はありません
※定員になり次第 締め切らせていただきます。



＜会場案内＞ ※公共交通機関をご利用ください。

【電車】■有明駅 東口(芝浦口) 徒歩9分
芝浦口に乗り、(五等車)の階段で有名な芝浦にある階段を降りて、階段沿いの雑居ビル3階に集まります。
(先に階段、右は赤丸ビルを左に見ながら進みます)
■新芝浦駅 徒歩4分
■新芝浦駅 徒歩4分
地上に出て、三芝自習室半館ショールームのビル裏から、JR芝浦駅へ向かい乗り場へ向きます。
前方に見えるモノリール階段に囲まれた9階建ての白い建物が「みなとパーク芝浦」です。階段階梯の入り口からお入りください。

【バス】■有明駅 徒歩9分
有明駅南口行「みなとパーク芝浦」徒歩9分
有明駅南口行「みなとパーク芝浦」徒歩9分
■お台場線(有明)行「有明駅東口」徒歩7分
■有明線(有明)行「有明駅東口」徒歩7分

〈申し込み・問い合わせ先〉

虎の門病院 肝疾患相談センター 電話:03-3560-7672(直通)平日 9:30～16:00

〈問〉みなと保健所健康推進課健康づくり係/電話:03-6400-0083

主催:虎の門病院(東京都港区虎の門5-1-1) 共催:みなと保健所



BMIや理想体重、ご自身の摂取エネルギーの計算をしていただき、実際に適正分量のご飯をよそい試食をしました。
運動療法のポイントと、ロコモーショントレーニングの実践も行いました。

●11月3日(水) 参加者:41名

