

第12回 健康講座 笑いヨガ 免疫UP 大会

In 岡山

開催日時 2023年8月27日(日) 13時30分～16時

開催場所 きらめきプラザ 301 会議室

スケジュール

★オープニング 幸せがくる歌 「健康で益々幸せになりましょう」

参加者 全員ご一緒



★開会挨拶 重井医学研究所名誉所長 沖垣 達 先生

次回 2024年3月24日
倉敷芸文館
今度は私がお話をします

言葉遊びを取り入れたご挨拶



① 健康講話😊 笠岡第一病院 院長 橋詰 博行 先生

「70代の健康維持について -人生100年時代への挑戦-」



② お楽しみコーナー😊 川崎医科大学総合医療センター耳鼻咽喉科 元副院長 秋定 健 先生

★現代の医学常識ウソ？ホント

★秋定先生と一緒に歌いましょう♥楽しみましょう

みんなで楽しんでいます

ウソです。

●難聴のレベル

難聴の程度	聴力 (dB)	日常生活での状態
軽度	20-40	耳元でないと聞こえない
中度	41-70	落しがあるが対面して話せば聞こえる
重度	71-90	ほとんど聞こえない
重度以上	91以上	言語音、一般環境音ともに聴取不能

ウソです。

- 早期の治療開始が良いのですが、そこまで早急に治療しなければならぬという医学的根拠はありません。
- できれば1週間以内が良いとはされています。
- 自然治癒もありますし、2週間程度して治療開始しても回復例はあります。
- 休診日や夜間に受診されても聴力検査などできません。

●補聴器は聴力から装用する。

ウソ？、ホント

耳垢は異物が入らないための防御反応である。ウソ？ホント？

●ホントです。

図1 外耳道腫瘍(アブカ)

図2 外耳道腫瘍(癌)



③ 健康笑いヨガ😊 実践 / 挨拶

[当会代表理事] 川崎医療福祉大学非常勤講師 万代京央子

みんなで大笑い~~~

Wahahahaha~~~

Wahahahaha~~~



幸せがくる歌を聞きながら～閉会