

# 第14回 秋のヘルス・フェア



●共催：ニューヨーク日系人会邦人・日系人高齢者問題協議会 (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

COVID-19の今、健康で安全なニューヨークライフを送るために **Online** で学びましょう!

9月13日(日)～10月4日(日)

どなたでも参加できます!  
知って得する情報満載!

参加  
無料

■ Online & 会場：ニューヨーク日系人会 (JAA)  
49 West 45th St., 11th Floor, New York, NY 10036  
■ 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: noda@jaany.org

JAA ホールは COVID-19 のため収容人数は 30 人です

Online の場合は、お申し込み後に Online の情報をお送りします

9月	時間	タイトル	企画担当	講師 / 指導者 (敬称略)
10日 (木)	13:00-15:00	「ZOOMの使い方講座」@ JAA Hall ZOOMをPC、携帯、iPadへのDownloadの方法から使い方 秋のヘルスフェアのONLINE講座を受けるために学びましょう!		講師：笹野大輔 (IT Specialist)
13日(日)	13:00-14:00	コミュニティーカフェ トピック：Covid-19		担当：坂神けいこ (NYC DOHMH/ニューヨーク市保健精神衛生局)
14日 (月)	10:00-12:00	シニアへの無料ヘアカット		担当(ヘアスタイリスト)：田原ミチ、佐々木ノリ、津田やすこ、小林はるか 企画：JAA
	15:00-16:00	オンライン (ZOOM) 講座：「一水空」呼吸健康法		講師：竹谷知子 企画：BJDLA
15日 (火)	18:00-20:00	オンライン (ZOOM) 講座：「日米年金・国籍・老後の日本帰国」 ※ ZOOMのない方は、電話やJAAホールで参加できます		担当：市川俊治 (海外年金支援センター)
16日 (水)	15:00-16:30	オンライン (ZOOM) 講座： 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)
17日 (木)	10:00-12:00	電話個別相談「米国の移民法について」各15分		担当：加藤恵子 (弁護士)
	13:15-13:45	オンライン (ZOOM) 座禅：イントロ to 座禅30分		講師：竹田勝男
18日 (金)	9:00-11:00	オンライン (ZOOM) 個別相談：「日米での財産と遺産相続」各30分		担当：大谷和彦 (弁護士)
	18:00-19:00	オンライン (ZOOM) 講座：日本人の為の相続問題 日本にいる家族が亡くなったら？日本と米国にある財産と遺言		講師：大谷和彦 (弁護士)
19日 (土)	13:00-15:00	オンライン (ZOOM) 座談会：現職看護師と話そう ～体の不調や介護・認知症のこと第5弾		講師：弓削君子 (在宅訪問看護師) 企画：NYシルバー会
20日 (日)	10:00-11:00	オンライン (ZOOM) 講座： 家族でコロナウイルス対策：ストレス対処法		講師：バーンス亀山静子&森真佐子 (サイコロジスト)、松本隆 (精神科医)、加納麻紀&金原聡子 (小児科医) 企画：ニューヨークすすく会
21日 (月)	9:00-11:00	オンライン (ZOOM) 個別相談： 「日米の年金、戸籍、老後の日本帰国」各30分 ※ ZOOMのない方は、電話かJAAで相談を受けられます		担当：市川俊治 (海外年金支援センター)
	10:00-12:00	シニアへの無料ヘアカット		担当(ヘアスタイリスト)：小須田シゲ、窪田俊次、秋元亮佑 企画：JAA
	13:00-14:00	大敬老会 日本の敬老の日因んで Project Bentoでのお弁当のデリバリーとJAAでのピックアップで 美味しいお祝いのお弁当をお楽しみください		企画：Project Bento & JAA 社会福祉部 支援：米国三井財団基金 協賛：サンライズマート、BentOn、和参、別荘、伊藤園ノースアメリカ
22日 (火)	9:00-11:00	オンライン (ZOOM) 個別相談： 「日米の年金、戸籍、老後の日本帰国」各30分 ※ ZOOMのない方は、電話かJAAで相談を受けられます		担当：市川俊治 (海外年金支援センター)
	14:00-15:30	オンライン (ZOOM) 講座：メディケアとは？ 65歳になるあなたへメディケアの基本をお話します!		講師：片山瑞恵 (Senior Program Manager) 企画：日米ソーシャルサービス (JASSI)

23日	13:00-17:00	電話相談室：米国の税法と国際相続 各30分	講師：大島襄（公認会計士）
(水)	13:00-15:00	CENSUS 2020 締め切り9/30 まだの方は、回答をお手伝いします！@JAA Hall	担当：Sayaka Prestia (Partnership Specialist)
	14:00-15:00	オンライン (ZOOM) 講座： 米国で病気になった時に役立つ医療システムの事 参加申込み：admin@sharejp.org	講師：プロディー愛子&運営委員 企画：SHARE日本語プログラム
24日	9:30-12:00	電話個別相談：「遺言・事前指示の書類についての法律相談 Will, Health Care Proxy, Living Wills, Power of Attorney」各30分	担当：ヘレン・イリエ (弁護士)、滝川玲子 (弁護士)
(木)	15:00-17:00	オンライン (ZOOM) 講座： 認知症リサーチ最前線と脳セラピー折り紙	講師：吉田常孝 (精神科医)、小林利子 (折紙療法士)
	18:00-20:00	オンライン (ZOOM) 講座： 「新法でメディケイドでのホームケアを受けるには？」と 「遺言・事前指示の書類～ Will, Health Care Proxy, Living Wills, Power of Attorney ～の大切さと基礎知識」	講師：ヘレン・イリエ (弁護士)、滝川玲子 (弁護士)
25日	10:00-11:30	オンライン (ZOOM) クラス：「親と子のリトミッククラス」 ・ 10:00-10:30：2歳以下、・ 10:45-11:30：2歳～3歳	講師：井上昌子 企画：JAA アップルキッズ
(金)	19:00-20:00	オンライン (ZOOM) 講座： ストレスを跳ね返す力を高める五感と体の使い方！	講師：服部信子 (CA州公認臨床心理士)
26日	10:00-12:00	オンライン (ZOOM) 講座：免疫力のある心体を目指して ～ホリスティック療法からみる免疫力～	講師：浅野祥子&マイヤ・ロビンソン (Clinical Herbalist)
(土)	14:00-15:00	オンライン (ZOOM) 講座：COVID-19と免疫システム	講師：木村啓子 (医師/東京海上記念診療所)
	19:00-20:30	オンライン (ZOOM) 講座：ライフ・バランス・ワークショップ 参加申込み：alliswellcoaching@gmail.com	講師：プロディー愛子 (ICF認定ライフコーチ)
27日	10:00-12:00	オンライン (ZOOM) 懇談会： 妊婦さんとパパの懇談会 「アメリカでの妊娠・出産」 ～日米の出産事情、赤ちゃんケア、母乳育児～	講師：加納麻紀 (小児科医) 新場裕美 (国際認定ラクテーションコンサルタント) 企画：ニューヨークすくすく会
30日	13:00-15:00	オンライン (ZOOM) 講座： 将来帰国を考えている方へのアドバイス	講師：羽山徹 (Financial Advisor)
(水)			
<b>10月</b>			
1日	16:00-17:00	オンライン (ZOOM) 講座： NY州の医療保険制度 (オバマケア) に関するセミナー 対象：NY州在住でメディケア資格がない65歳以下	講師：井口 愛 (コミュニティー・ヘルス・ナビゲーター) 企画：日米ソーシャルサービス (JASSI)
(木)			
3日	13:00-14:00	オンライン (ZOOM) 講座： エッセンシャルオイルはなぜストレスや不安に効くのか	講師：ジャスミン・ビュース (臨床アロマセラピスト)
(土)			
9日 28日 (月) ～ 10月 4日	オンライン (YouTube) 講座	YouTube ライオンズ大学：大人の教養講座シリーズ 日本で大人気の有名講師陣がYouTubeで講演配信！ 9月28日(月)～10月4日(日)まで公開中	
		・リレーションノートを活用！「人生を守る」情報と心の片づけ	講師：山口 里美 (司法書士)
		・元よしもと、今校長が伝える with コロナ時代に必要な自分応援方法	講師：つだ つよし (心理カウンセラー)
		・逆境に強くなるメンタル術	講師：飯山 昶朗 (メンタルコーチ)
		・ガチガチに固まった首コリを改善する「肩甲下筋群リリース」	講師：安部 元隆 (理学療法士)