



講演会：**白血球を強くして丈夫な身体に**

—免疫力を強くして、新型コロナにも打ち勝とう?—

日時：**10月6日（火）10:00~12:00**

講師：**角井都美子氏**（聖セシリア女子短期大学講師）

新型コロナが流行しているこの機会に、感染症対策について検討し、感染症にかかりにくい身体を作っていきませんか。

まずは、自身が現在行っている感染予防行動は、感染予防の三原則に照らし合わせると、どのような対策に該当するのかを検討してみませんか。次に、病原体に被爆しても、発症しにくい、あるいは軽くてすむ要因（免疫力）について検討してみませんか。そして、自身の身体の状態と生活の在り方について自己モニタリングし、自己の免疫力を向上させる方向性を検討してみませんか。看護系教員から実践を学びましょう。

会場：大和市民活動拠点**ポラリス**（中央林間）第7会議室

定員：25名

費用：無料

お申し込み：直接会場へお越しください。eメールでのお申し込み可。

[familyserviceyamato@gmail.com](mailto:familyserviceyamato@gmail.com)

「ファミリーサービスセンター  
やまと」主催のその他の  
講座

♡「栄養講座Ⅱ－食べ物と  
脳内物質との関係Ⅰ」

9月12日（土）

13：30～15：00

（オンラインで）

講師：山内 麻美 氏

♡「そのまま子育てしようー  
完璧な親なんていないー」

10月14日より毎週水曜

6回 10：00～12：00

大和市保健福祉センター

4階会議室

グループワークにより、親自身  
の力を高める講座です。

保育付き

ファミリーサービスセンターやまと  
問い合わせ：046-272-1331