

はりま健康づくり講座

2023

地域の皆様の健康維持、予防医学に対する意識がさらに高められるよう、多くの関心が寄せられる様々な病気やその症状をテーマとして、姫路獨協大学の教員・医師がわかりやすく説明・ご紹介いたします。
多くの皆様のご参加をお待ちしております。

プログラム

第1講 がんの予防医学

6.19 月 13:00-14:30 講師 西郷 勝康 医師
看護学部 看護学科 教授

日本人の死因第一は悪性腫瘍（癌・がん）。癌ができないようにする一次予防、早期発見の二次予防について勉強します。大事な一次予防は禁煙、肥満対策、そして運動。さらに鉄の取りすぎ要注意や腹7分目のすすめなど紹介します。二次予防ではアミノ酸分析や線虫による推測など、現在可能な方法について紹介します。

第2講 沈黙の臓器、腎臓を守る

6.27 火 13:00-14:30 講師 八城 正知 医師
医療保健学部 臨床工学科 教授

沈黙の臓器といわれる腎臓、その腎臓を気付かないうちに徐々に悪化させていくのが慢性腎臓病（CKD）です。今や、日本人の千数百万人ががり患しているといわれるCKDとは何か、CKDの何が問題なのか、腎臓を守るためには何に気を付けなければならないのか、有効な治療法はあるのかなどについて、わかりやすく説明します。

第3講 動悸や息切れについて

7.3 月 13:00-14:30 講師 柴田 克志 医師
薬学部 医療薬学科 教授

階段を昇ったり、少し早歩きをした時などに動悸や息切れを感じることは、日常生活の中で普通にあることですね。しかし、動悸や息切れなどの症状には、心臓や肺の病気が潜んでいる事があります。今回の講義では心臓や肺に異常がある時の、症状の特徴について解説します。

注意事項：講座中に写真撮影を行い、本会活動報告の一環としてWEB・広報紙等に公開する場合があります。予めご了承の上、お申し込みください。

募集人員

100名

事前申込制・先着順

時間

13:00-14:30

90分

会場

姫路獨協大学

受講料

一般の方 税込 3,000円(3回分)

播磨会会員 税込 1,500円(3回分)

申込方法

E-mail又はハガキに

住所・氏名・電話番号

「はりま健康づくり講座 2023 希望」

を明記して右の播磨会まで
お申し込みください。

申込先

〒670-8524

姫路市上大野7-2-1
姫路獨協大学 播磨会

☎ 079-223-6564

✉ harima_k@gm.himeji-du.ac.jp