

平成 28 年 3 月 30 日

# 第14回 市民公開講座を開催しました。

## 「気になる骨そしょう症の話：骨そしょう症の原因と予防について」

平成 28 年 2 月 27 日（土）、当院南館 8 階会議室で市民公開講座を開催しました。テーマは「気になる骨そしょう症の話」。講師は当院の整形外科部長の良田洋昇医師です。当日は 118 名のご来場がありました。

講演では、介護を要する原因の第 3 位が骨折であり、骨そしょう症と骨折予防のお話から始まりました。骨そしょう症を実際に治療している人は全体の約 20%とされていますが、運動・食事・薬物療法をバランスよく行えば、骨密度は 80 歳の方でも増える可能性があるそうです。

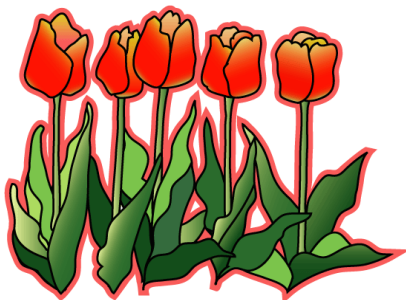
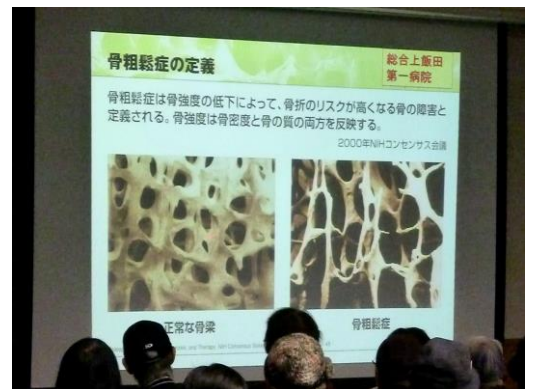
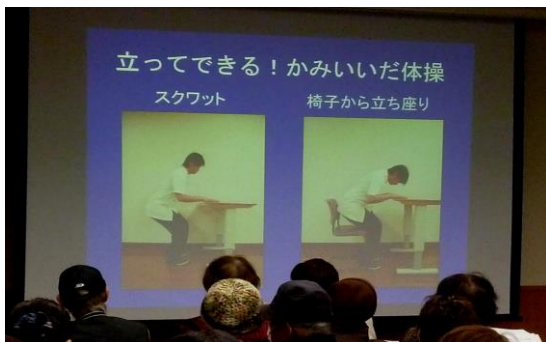


講師 良田医師



講師 柴本理学療法士

運動については、当院の柴本圭悟理学療法士から「立ってできる！かみいいた体操」の紹介があり実際からだを動かしました。また骨粗鬆症を予防する食品を食事に取り入れる工夫についてのお話も好評でした。質疑応答では、薬物療法や骨そしょう症の検査に関する質問が多く出されました。講演会を重ねるごとにわかりやすいと好評で繰り返し足を運んでくださる方が増えています。



第 15 回 市民公開講座 平成 28 年 6 月 25 日（土） 午後 2 時開演  
 あなたの足は大丈夫ですか -気になる水虫と足のお手入れの話-  
 座長 糖尿病内科医長 山本 由紀子 医師  
 講演 1 「水虫の見つけ方・治し方」  
 皮膚科医長 中野 章希 医師  
 講演 2 「誰でもできるフットケア ～足元から健康になろう～」  
 糖尿病看護認定看護師 河井 智子

参加方法は、院内ポスター、ちらし、ホームページ、新聞等でお知らせいたします。  
 申し込みは、平成 28 年 4 月 1 日から開始します。みなさまのご参加をお待ちしております。