

入場無料

第13回市民公開講座

淀川区障害者団体協議会、NPO法人メディッセ共催

生活習慣病の理解と予防 糖尿病を中心に

日時：平成29年11月26日（日）

午後1時30分～午後3時30分（1時開場）

場所：淀川区民センター

〒532-0022 大阪市淀川区野中南2-1-5（裏面の地図参照）

電話：06-6304-9120

最寄り駅：阪急十三駅下車 徒歩7分

申込方法：事前申し込みは不要ですので、直接会場にお越しください

開会挨拶 淀川区身体障害者団体協議会会長 松浦 登
淀川区視覚障害者福祉協会会長 塚本 利雄

講演 講師 関西学院大学社会学部教授 兼 関西学院保健館長
大阪大学大学院医学系研究科招聘教授
医学博士 久保田 稔 先生

講演要旨 病気は、遺伝や加齢にくわえて良くない生活環境や生活習慣などが続くことによっておこってきます。良くない生活習慣とは、偏った食事、運動不足、喫煙、過度のストレスなどであり、これらが糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満症などの生活習慣病の原因となります。やがては、これらの病気が心血管に障害をあたえ、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こすこととなります。健康で、生き生きと生活を続けるには、まず良い生活習慣で生活習慣病を予防することが大切です。次には健診をうけて病気を早期発見することが重要です。なぜなら、生活習慣病は自覚症状がほとんどないためです。もし、発症していたら医師の指導を受け、生活習慣を見直し、治療をきちんと続けることが大切です。講演では主に糖尿病をとりあげ、生活習慣病について正しく理解していただき、食事療法や運動療法の必要性やコツなどについてもお話ししたいと思います。

閉会の挨拶 淀川区聴言障害者協会会長 下口 安子

視覚障害者や聴言障害者の方のために
点字案内書や手話通訳を準備しています。

連絡先：〒532-0011大阪市淀川区西中島4-6-24大拓ビル9号館5F NPO法人メディッセ
TEL：06-6886-5600 FAX：06-6886-5605 E-mail: moffice@medise.or.jp

後援予定（一社）淀川区医師会

