

# 状態を「知る」 ということ。

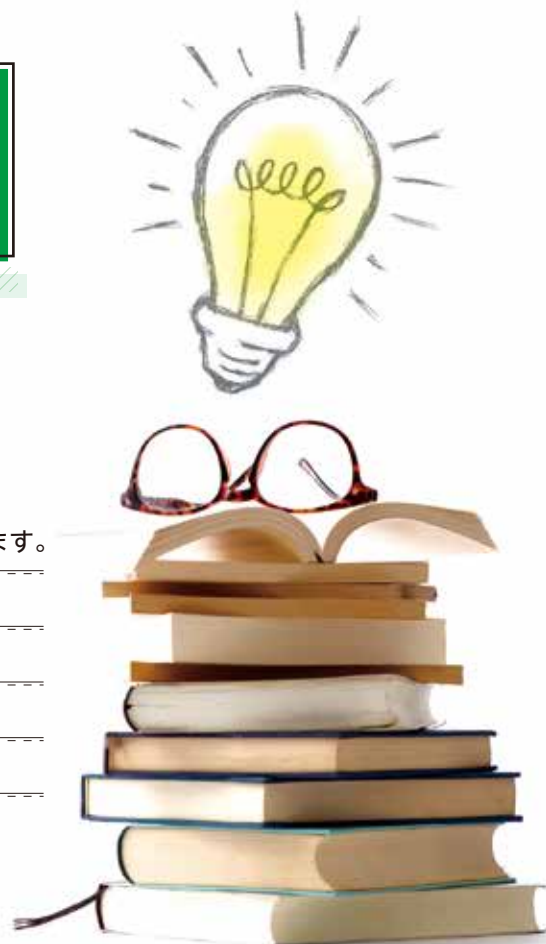
ご自身の健康状態を正しく把握することにより、大きな病気を未然に防ぐこともできます。

もし、治療が必要となったとしても、より効果的かつ最善の治療が期待できます。

「年齢によるものだから仕方ない」「後は、悪くなるだけ」と諦めていませんか？

ほんの少しの心掛けで、改善できる病気がたくさんあります。

快適な生活を送るために、まずは、自分自身の体を「知る」ことから始めましょう。



参加無料

予約不要

## 医療講演1

場所：垂水区勤労市民センター / 多目的ホール

演題

身体はつながっている

体の痛みについて、足元から姿勢を考えてみましょう

講師

リハビリテーション科 室長 / 理学療法士

澤野井 健志

10/2 火

14:30-15:30

【定員：96名】

## 医療講演2

場所：新長田勤労市民センター別館ピフレホール / 会議室A

演題

幸せを感じながら人生を全うするために

脳梗塞の回避とADL(日常生活動作)の維持は、心臓の状態把握から

講師

心臓血管外科 / 院長

樋上 哲哉

10/26 金

14:30-15:30

【定員：70名】

## 医療講演3

場所：新長田勤労市民センター別館ピフレホール / 会議室A

演題

気付かないうちにセットされている「体内の時限爆弾」

“大動脈瘤”について学びましょう

講師

心臓血管外科 / 胸部外科部長

富田 幸裕

10/29 月

14:30-15:30

【定員：70名】

健康教室のご案内

10/20 土 14:00-16:00

場所：神戸徳洲会病院 / 1階ロビー

フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう

実施内容

- ①フレイルチェックと健康チェック
- ②理学療法士による「筋力アップ体操」

個別の出張医療講演のご依頼も承っておりますので、お気軽にお問合せ下さい。

主催  
お問い合わせ先

医療法人沖繩徳洲会 神戸徳洲会病院

〒655-0017 兵庫県神戸市垂水区上高丸1-3-10

■総務課(担当：山崎)

メールアドレス：yamazaki.hideko@kobetokushukai.org

TEL: 078-707-1110 (代表)

医療講演  
1

10/2 火  
14:30-15:30

場所

垂水区勤労市民センター  
多目的ホール  
神戸市垂水区日向1-5-1 レバンテ垂水2番館 3階

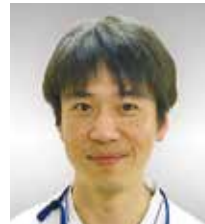
講師

リハビリテーション科 室長/理学療法士  
澤野井 健志  
(さわのい けんじ)

## 身体はつながっている

### 体の痛みについて、足元から姿勢を考えてみましょう

姿勢の悪さは時がたつにつれ体の歪みを引き起こします。それはいつの間にか、気が付かない間に起こっています。そして、身体の変形・痛みは起こっている所だけが原因とは限りません。膝に変形がある方でも、股関節や足部が原因の方も多くいます。今回は、一度皆様の足元から姿勢を考えてみたいと思います。皆様はどのような足の形をしていますか?どのような靴を履いていますか?ご自身に合ったインソール(靴の中敷き)を入れるだけで、姿勢が大きく変わる場合もあります。もう年だから仕方がないと思っている人も多いのではないのでしょうか。身体はつながっています。姿勢を改善し、体の痛みを予防できるように、一度足元から見直してみましょう!



医療講演  
2

10/26 金  
14:30-15:30

場所

新長田勤労市民センター  
別館ピフレホール 会議室A  
神戸市長田区若松町4丁目2-15

講師

心臓血管外科/院長  
樋上 哲哉  
(ひがみ てつや)

## 幸せを感じながら人生を全うするために

のうこうそく

### 脳梗塞の回避とADL(日常生活動作)の維持は、心臓の状態把握から

◆脳卒中(のうそちゅう)・脳血管障害の予防法 ◆突然死の予防法 ◆不整脈(ふせいみやく)・心不全(しんふぜん)の最適治療法

#### 1) 心原性脳梗塞(しんげんせいのうこうそく)の回避について

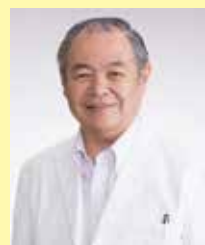
心臓内の血栓(けっせん)や疣贅(ゆうぜい)などにより脳梗塞が発生しますが、心臓検査によりその原因の特定が可能です。心原性脳梗塞の回避の方法についてお話させていただきます。

#### 2) 心不全の原因疾患の積極的治療と最適時期について

心不全の原因疾患は弁膜症(べんまくしょう)や不整脈、虚血性心疾患(きょけつせいしんじつかん)など様々ですが、その見つけ方と最適な治療法についてお話します。

#### 3) 突然死を予防するための精密検査

突然死の大部分は心臓血管スクリーニングで潜在疾患を発見することで回避できます。潜在する疾患の見つけ方をお話します。



医療講演  
3

10/29 月  
14:30-15:30

場所

新長田勤労市民センター  
別館ピフレホール 会議室A  
神戸市長田区若松町4丁目2-15

講師

心臓血管外科/胸部外科部長  
富田 幸裕  
(とみた ゆきひろ)

## 気付かないうちにセットされている「体内の時限爆弾」

だいどうみやくりゅう

### “大動脈瘤”について学びましょう

大動脈は、心臓から拍出された全ての血液を運ぶ体の中で最も太い血管です。この大動脈が部分的に大きくなったもの、いわゆる「こぶ」ができた状態を「大動脈瘤」といいます。こぶが小さいときは大きくなりにくい大動脈瘤ですが、いったん大きくなり始めると少しの力で簡単に肥大し、最終的には破裂する危険性があります。心臓血管外科専門医がその危険性について、詳しく説明致します。



健康教室のご案内

10/20 土 14:00-16:00

場所

神戸徳洲会病院 1階ロビー  
神戸市垂水区上高丸1-3-10

## フレイルを予防して健康寿命を延ばしましょう

「フレイル」とは、加齢により、心身の活力が徐々に低下した状態を表した言葉です。いわゆる「健康」と「要介護状態」の中間地点であると言えます。大事なポイントは、**もし現時点でフレイルの状態であったとしても、適切な治療や対応をおこなえば、健康な状態に戻れる可能性がある**ということです。今からでも遅くありません!できるだけ早期にフレイルの状態を把握し、各自に合わせた改善策を講じていきましょう。

実施内容

- (1) 検査項目: ①フレイルチェック※下腿チェック含む ②健康チェック※歩行速度測定など  
(2) 理学療法士による「筋力アップ体操」

※緊急手術や患者様対応などの都合により、やむを得ず講師や内容が変更される場合がありますので、予めご了承下さい。

※ご予約の必要はございませんが、消防法により各会場毎に定員が設けられております。  
定員に達した場合は、先着順とさせていただきますので、ご理解をお願い申し上げます。