

善行雑学大学

第 238 回講座のご案内

主催: 善行雑学大学

後援: 藤沢市教育委員会

- 日 時: 2019 年 3 月 17 日(日) 午後 2 時～4 時
- 会 場: 善行公民館ホール
- テーマ: 『健康診断結果の読み方・考え方・活かし方』
- 講 師: 姫野 秀朗氏 (藤沢市保健医療センター副所長)

人生 100 歳時代といわれますが、それを実現するために健診結果を活かしてみたいかがでしょうか。

健診は主に内科疾患を中心に検査を行います。健康寿命をのばすには中年期から整形外科疾患を念頭においた対応も求められます。たとえば肥満症からおこるメタボリック症候群は、高齢者においてはロコモティブシンドロームに関わります。

社会問題になっている認知機能との関係では、糖尿病・高血圧などとの関連が指摘されています。つまり中年期からの対応が重要だということです。また、糖尿病は、急性心筋梗塞発症の約 1/3 の症例が検査を受けてから診断されているのが現実です。

運動の実践も重要だということなど当藤沢市保健医療センターでの取り組みから新たに分かったことも紹介します。自分の体の状態を評価してみたいは如何でしょうか。

健診結果を持参して、参加して、活かして下さい。

お問い合わせ先

宮田英夫 TEL:0466-82-0517

会員以外の一般の方は資料代他として 500 円が必要となります。

《次回 第 239 回講座のご案内》

- 日時: 2019 年 4 月 27 日(土) 午後 2 時～4 時
- 会場: 善行公民館ホール
- テーマ: 仮「20 年間の講座エピソード」
- 講師: 宮田 英夫氏 (善行雑学大学代表理事)

善行雑学大学会員募集中: 何時でも会員になれます。(年齢、性別、住居地 不問)