

平成 26年3月12日

## 第8回 市民公開講座を開催しました。

### 「腎臓について考えよう」

「慢性腎臓病の初期は自覚症状がなく、近年では糖尿病から発症される方が増加！」

「腎臓機能を低下させないためには、塩分・タンパク質を控えた食事が大切！」



多くの方が参加しました

平成26年2月15日(土)、当院南館8階会議室で第8回市民公開講座を開催しました。

前日の雪で足元の悪い中、101名の参加がありました。講師は当院腎臓内科医師の河合浩寿氏と管理栄養士の山田恵子氏です。

近年慢性腎臓病は、生活習慣病が背景因子となって発症する方が増えています。そのため生活習慣の改善と食事療法が重要になります。腎臓をいたわる食事は、調味料の工夫や食材の量のバランスです。少しの工夫で塩分やタンパク

質を減らすなど具体的な方法の話がありました。参加者からは、自分の病気のことや食事療法について質疑応答後も、直接講師の先生に聞いていました。講演終了後のアンケートでは「具体的でわかりやすかった」「今後も他の疾患で、講演をお願いします」など聞く事ができました。これらの意見は、今後の参考にさせていただきます。ありがとうございました。

なお会場の都合上、希望者全員にご参加いただけなかったことをお詫び申し上げます。

次回の市民公開講座 5月31日(土) 午後2時

テーマ「気になる眼の病気」



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3月3日(月)から開始しています。また、当日参加も受付しております。みなさまのご参加をお待ちしております。



講師 河合先生



講師 山田管理栄養士

