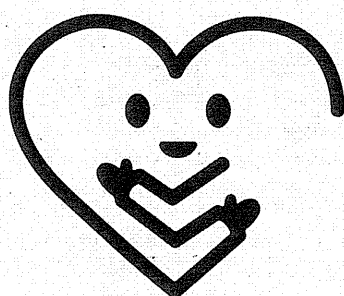


市民公開講座

心不全ってどんな病気？ 心不全を知る、防ぐ、治す！



日時

2013年2月17日(日) 14:00~16:00

場所

東京医科歯科大学 鈴木章夫記念講堂
東京都文京区湯島1-5-45 M&Dタワー2階

主催 日本心不全学会
厚生労働科学研究費補助金難治性疾患克服研究事業「特発性心筋症に関する調査研究」班

後援 日本心臓財団・日本医師会・東京都医師会・東京医科歯科大学

主催者のことば

心不全という病気に苦しんでいる方が増えています。私どもの学会はこの病気を研究して、克服することを目的として16年前に創立されました。最近の研究で心不全を持っていながら症状に気がつかない方も沢山いることが分かってきました。何より予防が大切です。また一旦心不全になっても検査法や治療法が進歩してきました。軽い段階での治療がとても重要です。日本心不全学会では、日本の国民病といっても良い心不全の知識の普及と啓発のために、市民公開講座を企画致しました。本日はその一回目です。皆さんが心不全を知り、未然に防ぐことで健康な生活を長く続けられることを願っています。

日本心不全学会理事長

東京医科歯科大学循環器内科 主任教授 磯部 光章

本日は、「心不全」に関する市民公開講座においでいただき深く感謝いたします。私は、大阪にあります国立循環器病研究センターで「心不全」の診療に当たると同時に、厚生省特発性心筋症研究班の主任研究者として、「心不全」・「心筋症」の基礎的・臨床的研究を統括させていただいております。「心筋症」ってなんだろうと思われる方も多いかもしれません。実は、「心筋症」は重症心不全の一番の原因であるにもかかわらず、その原因はいまだ十分にわからず、決定的な治療方法も確立されていません。国からは難病指定を受けています。その「心筋症」から「心不全」が生じまじから、皆様におかれましては、ささいな「心不全」のサインを見落とさず、「心筋症」を含めてその原因を早く見つけて、少しでも早く専門病院で対応することが大切です。私たち循環器病医療従事者は、皆様の味方です。今日は、心不全・心筋症など十分に勉強されて、少しでも日本から「心不全」で苦しむ方が減っていくようにできればと祈念しております。

厚生労働省特発性心筋症研究班 主任研究者

国立循環器病研究センター 臨床研究部・心臓血管内科部長 北風 政史

プログラム

- 14:00～14:05 ぞ 挨拶 磯部光章 (東京医科歯科大学)
【司会】ムーラン
- 14:05～14:15 「どんどん増えている!心不全」
北風政史 (国立循環器病研究センター)
- 14:15～14:35 「心不全ってどんな病気?」
福田恵一 (慶應義塾大学)
- 14:35～14:55 「こうして治そう、心不全」
平山篤志 (日本大学)
- 14:55～15:15 「予防・治療は普段の生活から」
眞茅みゆき (北里大学)
- 15:15～15:30 「日々の食事に気をつけよう!」
西井大輔 (玄々堂君津病院)
- 15:30～16:00 パネルディスカッション
【司会】磯部光章、北風政史
- 「心不全ってどんな病気? 心不全を知る、防ぐ、治す!」

プロフィール



磯部 光章

現職：東京医科歯科大学循環器内科主任教授

1978年東京大学医学部卒業、東京大学第三内科、ハーバード大学、信州大学を経て、2001年より現職。2011年から日本心不全学会理事長、日本循環器学会心臓移植委員会委員長を務

めている。著書に「話を聞かない医師、思いが言えない患者」(集英社新書 2011年)

私の健康法：食事腹8分目、お酒は休肝日。休日は菜園で農作業が海で魚釣り、採れた食材で料理をして一家団欒。心身とも疲労をためないことが健康法です。



福田 恵一

現職：慶應義塾大学医学部循環器内科教授

1983年慶應義塾大学卒、慶應義塾大学呼吸循環器内科、ハーバード大学、ミシガン大学を経て、2005年慶應大学再生医学教授、2010年より現職。

私の健康法：昔はゴルフやスキーが健康法でしたが、今は忙しくてできませんので、ひたすら自宅の周りを歩くことを心がけています。



眞茅 みゆき

現職：北里大学看護学部准教授

1993年熊本大学教育学部卒業、虎の門病院、九州大学医学部附属病院、国立国際医療センター研究所を経て、2012年より現職。

私の健康法：平日運動らしいことができないため、長い通勤電車の車中ではできるだけ立つこと、大学ではエレベーターを使わず階段を使うことを心がけています。週末に子供と一緒に公園を走り回ることが、運動不足とストレス解消に役立っています。



北風 政史

現職：国立循環器病研究センター 臨床研究部・心臓血管内科部長

1981年大阪大学卒業、大阪大学第一内科、ジョージ・ホプキンス大学、大阪大学医学部助手、医学研究科講師を経て、2001年より現職。2008年より厚生

労働省の主宰する難治性疾患等克服研究事業「特発性心筋症に関する調査研究」の主任研究者として心筋症・心不全の克服に貢献している。

私の健康法：二つのことを心がけています。一つは、体を動かすこと。仕事場へは、電車通勤。電車通勤は、階段の上り下りを含めていい運動になります。病院では、外来(2階)から病棟(8階)まで階段を使います。もう一つはストレスをためないこと。家内と、休日に飼い犬を連れて、近くの光明池を2時間かけて散歩するのがストレス解消法です。



平山 篤志

現職：日本大学医学部内科学系循環器内科学分野教授

1977年、大阪大学卒業、大阪大学医学部大学院、ペンシルバニア大学留学、大阪警察病院心臓センター長を経て、2007年より現職。

私の健康法：できるだけ体重を測るようにして、増えないように気を付けています。体重の調節は食事の量ですが、運動としては毎日ストレッチをするようにしています。最近は月に何度か1時間くらいのピラティスを習って、姿勢をよくして若々しく見えるように努力しています。



西井 大輔

現職：新都市医療研究会「君津」会・玄々堂君津病院栄養科長代理

1981年より新都市医療研究会「君津」会 玄々堂君津病院入職。

私の健康法：目標を立てないと普段運動をしないので、毎年、1月のフルマラソン、7月の遠泳大会(海を3km泳ぎます)、11月の自転車大会(120kmを自転車で駆け抜ける祭典です)には、職場の仲間とできるだけ出るようにしています。

市民公開講座 アンケートのお願い

今後の参考にさせて頂きたく、下記のアンケートにお答えください。
お帰りの際に、アンケート回収箱にお入れ下さい。
ご協力よろしくお願い申し上げます。

① 今回はどのようにして市民公開講座をお知りになりましたか？

病院などのポスター・チラシ・先生より・知人より・HP・その他（ ）

② 市民公開講座の時間はいかがでしたか？

ちょうどよかった ・ 短かった ・ 長かった

③ 内容はどうでしたか？（複数回答 可）

わかりやすかった ・ わかりにくかった ・ 期待していたのと違った

④ 今後、同じような市民公開講座の開催があれば参加しますか？

はい ・ いいえ ・ わからない

→はいの方はご希望されるテーマ（内容）がございましたらご記入下さい。
（ ）

⑤ この市民公開講座の満足度は？

とても満足 ・ まあまあ満足 ・ やや不満 ・ とても不満

⑥ その他、ご意見、ご希望などがありましたら、ご記入下さい。

質問票

15：30～パネルディスカッションの際、演者にご質問等ございましたら、下記にご記載の上、14：00までに受付にございます質問箱にお入れ頂くか、赤いストラップをした係の者にお渡し下さい。

