

名称等	胃がん予防講演会 胃がんは予防できる時代に ～胃がん予防の最前線～
実施日時	令和元年6月15日(土) 14時～16時(受付13時30分～)
場所	沼津市保健センター 2階 第2第3会議室 〒410-0883 沼津市八幡町97番地
担当	市民福祉部健康づくり課 直通 055-951-3480 内線 5354

1 目的

胃がんは日本人に多いがん(男性の1位、女性の3位)です。初期症状がなく気づきにくいこともありますが、早期に発見し治療につながれば、治療成果が高いがんでもあります。

このため、市民の胃がん予防についての正しい知識や、胃がん検診の定期的な受診の重要性について啓発することを目的に本講演を開催します。

2 内容

医師による講演と、健康運動指導士によるミニ運動講座の二部制で実施します。

●講演:「胃がんは予防できる時代に ～胃がん予防の最前線～」

胃がんの予防の最前線について、内視鏡のスペシャリストが講演します。

講師:沼津医師会 小林栄孝医師(御成橋栄クリニック院長)

●ミニ運動講座:「しなやかストレッチとリンパマッサージでストレス胃もカラダもしなやかに!」

講師:内藤ルミ子先生(健康運動指導士)

3 影響・効果

- ・胃がんについての正しい知識を得られる(胃がんの原因は?胃がんは感染症なのか?等)
- ・胃がんの予防方法について知る(食生活や運動など自分の身体のメンテナンス方法を学ぶ)
- ・予防のためのセルフケアについて知る(ストレッチやリンパマッサージによりストレス対処法を学ぶ)

4 特徴

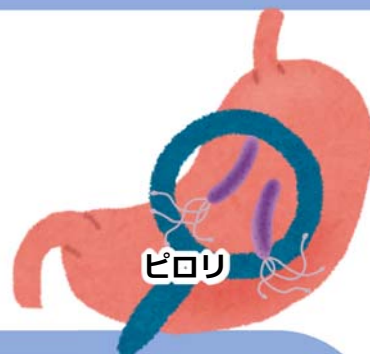
実際に体を動かしながら体験をすることで、日常生活での予防行動の実践につなげる契機となるのではないかと考え、医師の講演とともに、健康運動指導士による体験型のミニ運動講座を実施します。

胃がん予防講演会

胃がんは予防できる時代に
～胃がん予防の最前線～

胃がんは日本人に多いがんです。
罹患数は男性第1位 / 女性第3位

胃がんの原因はなんだろう？
胃がんは感染症なのか!？
内視鏡とバリウムの検査は違う？



胃がんは初期段階では症状が現れにくく、進行してから気づくことも多いがんです。しかしながら、早期に発見することで治療実績もあがるといわれています。胃についてのお話や胃がん予防について、専門医がわかりやすくお話いたします。

日 時: 令和元年 **6月15日(土)**
14時～16時 (受付 13時30分～)

会 場: 沼津市保健センター 2階 第2・3会議室
(沼津市八幡町97)

講 師: 沼津医師会 小林 栄孝 医師
御成橋栄クリニック院長
日本消化器内視鏡学会専門医



講演にも引く手あまた。幅広い知識と深い経験に基づく内容、暖かい語り口調での講演は、説得力があると好評を得ています。内視鏡検査のスペシャリストがわかりやすくお話しします。

* 講話の後には、健康運動指導士によるミニ運動講座「しなやかストレッチ」付きストレッチでストレス胃もカラダもしなやかに♪

定 員: 50名先着順

申込み: 6 / 7 (金) から電話申込み

* 当日は、なるべく公共交通機関でお越しください。

申込み・問い合わせ先

沼津市保健センター (沼津市役所健康づくり課) 電話 951-3480

共催: 沼津医師会