

第4回 和歌山市薬剤師会 市民講座  
健康サポート 2006

日時：平成18年11月12日(日)

場所：ウエルサンピア和歌山

時間：14:00～16:30

プログラム (市民講座：2F 熊野の間)

<p>14:00～</p>	<p>なっとく健康スクール 和歌山市薬剤師会</p>	<p>今回の「なっとく健康スクール」では、COPD (慢性閉塞性肺疾患)についてご紹介させていただきました。 「COPDとは、呼吸をする時の空気の通り道、『気道』に起こった障害が原因となって、呼吸機能が低下していく病気です。COPDには『肺気腫』、『慢性気管支炎』の二つの病気も含まれます。咳や痰、息切れなどのありふれた症状で始まり、ゆっくりと進行していきます。そのまま放っておくと、階段を上がる事や歩く事ができなくなったり、酸素ボンベが必要となるような重症に陥ってしまう病気です。何か身体の異常を感じられたら、早めに医師の診察を受けましょう。 また、患者さんの殆どが喫煙者で、家族に喫煙者がいる方も発症する事があります。COPDの予防、症状の悪化を防ぐには、禁煙が不可欠です。」</p>
<p>15:00～</p>	<p>きれい社会の落とし穴 「免疫力をつける生活」 —アトピーからがんまで— 東京医科歯科大学 名誉教授 藤田 紘一郎 先生</p>	<p>藤田先生には、アレルギー病はなぜ増えたのか、きれい好きの功罪に関して、冗談やユーモアを交えながら非常に楽しいご講演をいただきました。 「今の日本でアレルギー疾患が増加し続ける主な原因の一つに、細菌などの微生物を身体の周りから排除した事が考えられます。人の皮膚に存在する約10種類の皮膚常在菌は、皮膚の脂肪を分解して脂肪酸をつくり、皮膚を酸性にして病原菌の侵入を防ぎます。皮膚常在菌に作用する抗菌グッズの効果で皮膚常在菌が弱ってくると、白血球が活性酸素を出して処理します。この活性酸素が皮膚を痛めてしまいます。お風呂などでの身体の洗いすぎは皮膚常在菌や皮脂を洗い流し、皮脂膜と角質層を痛めるので、ドライスキンやアトピー性皮膚炎、乾燥性皮膚炎などの原因となります。 抗菌グッズの使用、抗生物質の乱用、消毒剤や殺菌剤の多用による日本人の超清潔志向は、抵抗性の減弱、微生物に対する免疫力の低下の原因ともなり、感性や情熱の萎縮にもつながります。 バランスのとれた腸内細菌が免疫細胞の正常な働きを促し、アレルギー反応を抑えます。ヒトの細胞は微生物との『共生』によって作られてきたのです。」</p>

《展示・相談コーナー(13:00~16:30) (2F 高野の間)》

おくすり相談、栄養相談、介護相談、禁煙サポート

血流血圧測定、骨密度測定(完全予約制)、体脂肪測定、脳年齢チェック

(骨密度測定に関しましては、混雑を緩和するため時間指定の予約票を配布いたしました。)

《展示・相談コーナー(13:00~16:30) (正面玄関前)》

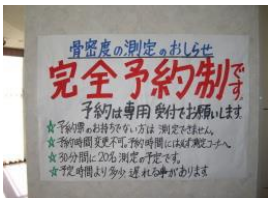



和歌山県赤十字血液センターの献血車による献血コーナー





当日の様様を写真でご紹介します。





【写真紹介】

			
<p>会場のウェルサンピア和歌山です。当日は晴天でしたが、非常に風の強い一日でした。</p>	<p>受付では来場された方々にお土産をお配りしました。</p>	<p>お配りしたお土産です。</p>	<p>市民講座は二階の「熊野の間」で行いました。</p>
			
<p>講座に先立ち、和歌山市薬剤師会会長の稲葉より皆様に挨拶を申し上げます。</p>	<p>当日はテレビ和歌山も取材に来ていました。</p>	<p>「きれい社会の落とし穴『免疫力をつける生活』～アトピーからがんまで～」という演題でご講演いただきました、東京医科歯科大学名誉教授の藤田紘一郎先生です。</p>	<p>藤田先生の非常に楽しいご講演に、参加された方々は皆さん熱心に聞き入っておられました。</p>

			
講演後は、会場の皆様から様々な質問が出されました。	藤田先生は、一つ一つの質問に大変ご丁寧に答えをされていました。	展示・相談コーナーは二階反対側の「高野の間」で行いました。	骨密度測定コーナーの様子です。

			
混雑を緩和するため、骨密度測定は完全予約制にさせていただきました。	予約に関しては、30分単位の受付といたしました。	お配りした骨密度測定予約票です。	血流血圧測定コーナーの様子です。

			
会場に設置した体脂肪測定器です。	脳年齢チェックの様子です。画面に表示される番号を1から順番に押していき、かかった時間などで脳年齢をチェックします。	おくすり相談、禁煙サポート、介護相談の様子です。	栄養士さんによる、栄養相談の様子です。

			
展示・相談コーナーはご覧のように大勢の方で賑わっていました。	展示・相談コーナーでは、和歌山県薬剤師会の医薬品・公衆衛生センターによる、写真のようなイベントも行いました。	和歌山県赤十字血液センターのご協力を得て、献血車を用意いたしました。	ウェルサンピア和歌山の玄関前に置かれた献血車です。

