

# 健康寿命と 肺の健康を 考えよう

平成27年

日時 **10月16日(金)** 14:00~15:50

場所 東京ベイ舞浜ホテル クラブリゾート  
「インペリアルホール」(浦安市)

この市民公開講座は、独立行政法人環境再生保全機構と第25回日本呼吸ケア・リハビリテーション学会がCOPDの認知度の向上、早期発見、重症化防止を目的として共催により、開催するものです。

**参加費無料** 申込制先着順 定員500名

参加者には健康管理に役立つ**万歩計**を差し上げます。



## やってみよう! 呼吸を楽にする 呼吸リハビリテーション体験

呼吸リハビリテーションを体験しよう

●15:10~15:40

佐野 裕子 先生(順天堂大学大学院医学研究科リハビリテーション医学)



## 測ってみよう! 肺年齢【定員】110名

スパイロメーターを使用し、肺機能(肺年齢)の測定を行います。結果によって、医師から説明やアドバイスを行います。

●1回目:13:30~14:00 ●2回目:15:50~16:30

※事前申込制です。

※検査時間は、参加証でお知らせいたします。

## みんなで学ぼう! 健康講座

【14:10~14:30】

スマートウエルネスシティ  
浦安を目指して

松崎 秀樹 氏(浦安市市長)

「せきや痰が  
多くなった」  
「息切れしやすい」と  
感じた方は必見!

【14:30~14:50】

肺年齢を若返らせる禁煙

津田 徹 先生(霧が丘つだ病院・久留米大学医学部臨床教授)

【14:50~15:10】

健康寿命を延ばすCOPDのマネジメント法  
植木 純 先生(順天堂大学医療看護学部・大学院医療看護学研究科教授)

### 「COPD」とは

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は、大気汚染やタバコの煙などの有害物質を長時間吸ったために肺に炎症が起きる病気で、「肺の生活習慣病」とも呼ばれています。全世界の死亡原因の第4位であり、近年増加の傾向にあります。進行する前に発見し、早く治療を開始することが大切です。