



地域医療フォーラム
講演および活動記録集



活動内容一覧

日付	回	講義内容	講師	参加人数
☆すいすい健康講座 会場:西宮渡辺病院				
2月12日	第148回	糖尿病の眼の合併症	眼科 依藤 彰記	9
3月12日	第149回	アレルギー性鼻炎の治療 -セルフケアから手術まで	耳鼻咽喉科部長 北野 正之	14
4月9日	第150回	フレイルについて	リハビリ科理学療法士 宮城 大樹	8
6月4日	第151回	歯だけじゃない!? -口の機能から考える健康-	歯科口腔外科部長 梨 正典	11
7月9日	第152回	便に血が混じっていたら何を考える?	消化器外科副部長 大谷 雅樹	15
9月10日	第153回	泌尿器科の話 ~排尿障害について~	泌尿器科部長 田中 浩之	12
10月8日	第154回	関節リウマチについて	リウマチ・膠原病科部長 孫 瑛洙	10
12月10日	第155回	内視鏡検査(胃カメラ・大腸カメラを受けてみませんか)	院長・消化器内科 猪熊 哲朗	14
☆センター市民健康講座 会場:西宮渡辺心臓脳・血管センター				
2月17日	第83回	糖尿病の眼の合併症	西宮渡辺病院 眼科 依藤 彰記	10
3月19日	第84回	フレイルについて	リハビリ科 理学療法士 橋本 一紀・宮城 大樹	11
4月16日	第85回	アレルギー性鼻炎の治療 -セルフケアから手術まで	西宮渡辺病院 耳鼻咽喉科部長 北野 正之	12
7月16日	第86回	脳卒中の予防と治療	脳卒中センター センター長 徳田 良	24
9月17日	第87回	歯だけじゃない!? -口の機能から考える健康-	西宮渡辺病院 歯科口腔外科部長 梨 正典	15
10月15日	第88回	「紫外線と肌の老化-『シミ』と『シワ』はどうしてできるの? -」	形成外科美容医療センター センター長 皐月 玲子	10
12月17日	第89回	いがいと難しくない「介護申請」 出せば何とかなる「介護申請」 ~ご家族とともに快適な老後を~	手術部看護部門長 濱崎 弘子 地域医療連携室 北村 圭	10

すいすい健康講座

第148回 すいすい健康講座

日時 2025年2月12日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 9名

テーマ 糖尿病の眼の合併症

講師 眼科 依藤 彰記

内容

糖尿病は血糖値が慢性的に高くなることで全身の血管が傷害され、眼では糖尿病網膜症をはじめ白内障、緑内障、虚血性視神経症などを引き起こします。糖尿病網膜症は初期には自覚症状が乏しいものの、進行すると黄斑浮腫、硝子体出血や網膜剥離を生じ、視力低下や失明に至ることもあります。治療は病期に応じて経過観察、レーザー治療、硝子体手術、硝子体注射治療などが行われますが、視力を維持するには血糖管理と定期的な眼科検査による早期発見が最も重要です。



第149回 すいすい健康講座

日時 2025年3月12日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 14名

テーマ アレルギー性鼻炎の治療 -セルフケアから手術まで

講師 耳鼻咽喉科部長 北野 正之

内容

現在、日本人の約2人に1人がアレルギー性鼻炎に悩まされていると言われていています。本講座では、くしゃみ・鼻水・鼻詰まりといった症状が起こるメカニズムを分かりやすく解説します。

治療については、基本となる内服薬や点鼻薬に加え、体質改善を目指す「舌下免疫療法」や、鼻詰まりが強い方に有効な「手術療法」についても詳しくご紹介します。特に「薬を飲んでも鼻が詰まって苦しい」「薬の眠気が気になる」という方にとって、鼻の通りをスムーズにする手術は有効な選択肢となります。

「たかが鼻炎」と我慢せず、最新の治療を知ることで、仕事や勉強の効率、そして睡眠の質を向上させましょう。



すいすい健康講座

第150回 すいすい健康講座

日時 2025年4月9日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 8名

テーマ フレイルについて

講師 リハビリ科 理学療法士 宮城 大樹



内容 フレイルとは、年齢を重ねることで筋力・体力が低下し、疲れやすくなる、生活が不自由になってしまう状態の事です。①体重減少 ②握力が弱くなる ③疲労を感じやすい ④歩くのが遅くなった ⑤運動をしていない、この5つのうち3つ当てはまるとフレイルに該当します。フレイルになると、要介護状態や死亡リスクが高まりますが、運動によって予防することが可能です。例えば、ウォーキングや軽い筋トレ等を続けることで筋力・体力が向上し、転倒予防や日常生活能力の向上、うつ症状の予防・改善が期待できます。当院では、各個人に合った運動やリハビリを安全に行える環境を整えています。運動習慣を身につけて元気な毎日を目指しましょう。

第151回 すいすい健康講座

日時 2025年6月4日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 11名

テーマ 歯だけじゃない!? -口の機能から考える健康-

講師 歯科口腔外科部長 梨 正典



内容 本講演では「歯だけでなく口の機能が健康を左右する」をテーマに、口の機能である咀嚼・嚥下・発音・呼吸と、糖尿病・心血管疾患・誤嚥性肺炎・認知症・消化器がん等との関連を解説した。歯の喪失や口の機能が落ちた状態(口腔機能低下症)が低栄養/サルコペニア、フレイル、要介護、死亡、QOL低下へつながる点を示し、簡易チェックで複数該当する場合は定期的な歯科受診を推奨する。日常の口の管理としてよく噛む・よく動かす口腔体操(あいうべ等)で「健口」を守りつつ、予防的歯科受診を提案し、かかりつけ歯科を持つことの重要性和と当院との連携体制を紹介した。

すいすい健康講座

第152回 すいすい健康講座

日時 2025年7月9日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 15名

テーマ 便に血が混じっていたら何を考える？

講師 消化器外科 副部長 大谷 雅樹

内容 血便は日常的にみられる症状ですが、その原因には痔核などの良性疾患から大腸がんなどの悪性疾患まで幅広い病態が含まれます。血便を認めたら、何よりもまず大腸がんの除外が重要で、そのためには大腸内視鏡検査を受けてください。また、早期大腸がんは無症状であることが多く、血便出現後の受診では進行している場合も少なくありません。そのため、早期発見には便潜血検査による大腸がん検診が有用であり、陽性時には大腸内視鏡検査が推奨されます。早期に発見されれば内視鏡治療が可能で、外科的手術を回避できる場合もあります。本講座では血便の鑑別、検査の流れ、大腸がん検診の重要性について解説致しました。



第153回 すいすい健康講座

日時 2025年9月10日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 12名

テーマ 泌尿器科の話 ~排尿障害について~

講師 泌尿器科部長 田中 浩之

内容 高齢化社会の進展に伴い、排尿障害を抱える患者数は年々増加しています。排尿障害は主に高齢者に多くみられ、生活の質(QOL)に大きな影響を及ぼす重要な健康課題です。本講座では尿路の構造、排尿障害の基礎知識、主な症状、診断方法、治療の選択肢について解説しました。また、専門医による診断と適切な治療の重要性、日常生活での注意点についても紹介し、皆様が安心して相談・受診できる環境づくりの大切さを強調しました。排尿障害はデリケートな問題ですが、正しい知識と理解を深めることで、より良い健康管理と生活の質向上につながることをお伝えしました。



すいすい健康講座

第154回 すいすい健康講座

日時 2025年10月8日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 10名

テーマ 関節リウマチについて

講師 リウマチ・膠原病科部長 孫 瑛洙



内容 関節痛は外来受診時の主な訴えの一つです。関節リウマチをはじめとする自己免疫疾患のほかにも、関節痛にはさまざまな原因や疾患が関与しており、適切な評価と診断が重要です。関節リウマチは、膠原病の中でも最も患者数の多い疾患です。以前は中年期の患者さんが中心でしたが、近年では約半数が60歳以上と高齢化が進んでいます。診断には超音波検査やMRIなどの画像検査が用いられ、より早期に診断できるようになっています。治療においては、メトトレキサートに加え、生物学的製剤やJAK阻害薬などの新しい薬剤の登場により、症状の改善だけでなく、画像上でも骨破壊の進行が抑えられる例も見られます。一方で、医療費や副作用といった課題も残されています。

患者さん一人ひとりの社会的背景や考え方も異なるため、医療者と協働して最適な治療方針を考えていくことが大切です。関節痛についてご不明な点がありましたら、一度リウマチ科の受診をご検討ください。

第155回 すいすい健康講座

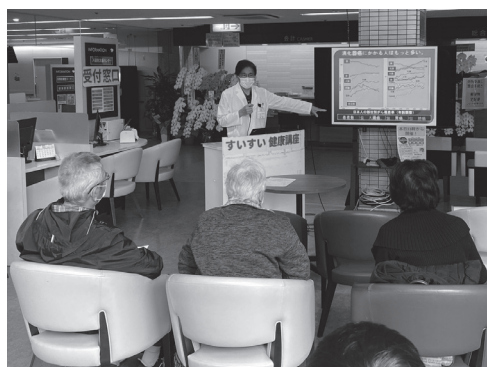
日時 2025年12月10日(水) 13:00~13:30

場所 西宮渡辺病院 1階待合いホール

参加数 14名

テーマ 内視鏡検査(胃カメラ・大腸カメラ)を受けましょう。

講師 院長・消化器内科 猪熊 哲朗



内容 超高齢化社会を迎えた我が国では、1980年頃より死因の一位は癌が占めるようになり、二人に一人が癌にかかり、三人に一人が癌で亡くなっています。特に、消化器癌で亡くなる方は多く、大腸癌は肺癌に次いで二位、胃癌は四位、食道癌は十位を占めています。

これらの癌は内視鏡検査で早期発見すれば、治る可能性が非常に高い癌です。特に早期癌(癌が粘膜内に限局するレベル)であれば、お腹を切らずに内視鏡で治療することも可能です。

内視鏡検査といえば、「しんどい検査」と思っている方も少なくないかもしれませんが、今では、鎮静剤(眠り薬)を使用することで、ほとんど苦痛なく検査を受けることができるようになりました。

当院でも、年間2,000件近くの内視鏡検査をおこなっていますが、ほとんどの患者さんが「思ったより楽に受けられた」とおっしゃいます。

特に、大腸癌は近年増加傾向にあり、前癌病変でもある大腸ポリープを切除すれば、癌の発生を抑制することがあきらかになっています。当院でも、小ポリープは外来で積極的に切除していますので、遠慮なくご相談下さい。

センター市民健康講座

第83回 センター市民健康講座

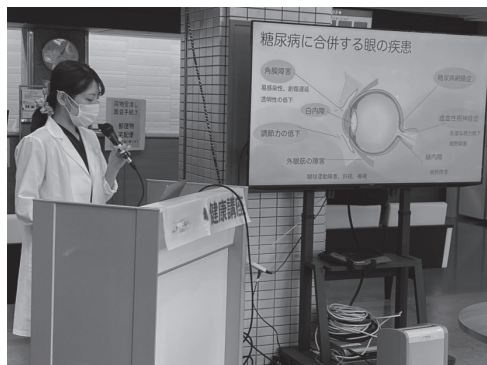
日時 2025年2月17日(月) 14:30~15:00

場所 西宮渡辺心臓脳・血管センター 5階食堂

参加数 10名

テーマ 糖尿病の眼の合併症

講師 西宮渡辺病院 眼科 依藤 彰記



内容 糖尿病は血糖値が慢性的に高くなることで全身の血管が傷害され、眼では糖尿病網膜症をはじめ白内障、緑内障、虚血性視神経症などを引き起こします。糖尿病網膜症は初期には自覚症状が乏しいものの、進行すると黄斑浮腫、硝子体出血や網膜剥離を生じ、視力低下や失明に至ることもあります。治療は病期に応じて経過観察、レーザー治療、硝子体手術、硝子体注射治療などが行われますが、視力を維持するには血糖管理と定期的な眼科検査による早期発見が最も重要です。

第84回 センター市民健康講座

日時 2025年3月19日(水) 14:30~15:00

場所 西宮渡辺心臓脳・血管センター 5階食堂

参加数 11名

テーマ フレイルについて

講師 リハビリ科 理学療法士 橋本 一紀・宮城 大樹



内容 フレイルとは、年齢を重ねることで筋力・体力が低下し、疲れやすくなる、生活が不自由になってしまう状態の事です。①体重減少 ②握力が弱くなる ③疲労を感じやすい ④歩くのが遅くなった ⑤運動をしていない、この5つのうち3つ当てはまるとフレイルに該当します。フレイルになると、要介護状態や死亡リスクが高まりますが、運動によって予防することが可能です。例えば、ウォーキングや軽い筋トレ等をつけることで筋力・体力が向上し、転倒予防や日常生活能力の向上、うつ症状の予防・改善が期待できます。当院では、各個人に合った運動やリハビリを安全に行える環境を整えています。運動習慣を身につけて元気な毎日を目指しましょう。

センター市民健康講座

第85回 センター市民健康講座

日時 2025年4月16日(水) 14:30~15:00

場所 西宮渡辺心臓脳・血管センター 5階食堂

参加数 12名

テーマ アレルギー性鼻炎の治療 -セルフケアから手術まで-

講師 西宮渡辺病院 耳鼻咽喉科部長 北野 正之

内容 現在、日本人の約2人に1人がアレルギー性鼻炎に悩まされていると言われています。本講座では、くしゃみ・鼻水・鼻詰まりといった症状が起こるメカニズムを分かりやすく解説します。

治療については、基本となる内服薬や点鼻薬に加え、体質改善を目指す「舌下免疫療法」や、鼻詰まりが強い方に有効な「手術療法」についても詳しくご紹介します。特に「薬を飲んでも鼻が詰まって苦しい」「薬の眠気が気になる」という方にとって、鼻の通りをスムーズにする手術は有効な選択肢となります。

「たかが鼻炎」と我慢せず、最新の治療を知ることで、仕事や勉強の効率、そして睡眠の質を向上させましょう。



第86回 センター市民健康講座

日時 2025年7月16日(水) 14:30~15:00

場所 西宮渡辺心臓脳・血管センター 5階食堂

参加数 24名

テーマ 『脳卒中の予防と治療』

講師 西宮渡辺心臓脳・血管センター 脳卒中センター センター長 徳田 良

内容 脳卒中とは、脳の血管が詰まって生じる脳梗塞、高血圧などが原因で血管が破れて生じる脳出血、動脈瘤や血管の奇形が原因で血管が破れて生じる、くも膜下出血を総称した用語です。

脳卒中は一度発症すると、重度の障害が残り、寝たきりなどの原因になるので、脳卒中を起こさないように予防を行うことが重要です。リスクには高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙などがあり、これら生活習慣病の合併予防やコントロールを行います。また、脳ドックや心臓検診を受けることで、あらかじめ、狭くなっている血管や動脈瘤の有無、心房細動と呼ばれる脳梗塞の原因になり得る不整脈を早期に発見し、必要に応じて手術や内服でのコントロールを行うことが可能です。

脳卒中は突然発症することが多く、急に意識が悪くなった、どちらか片側の麻痺や異常な痺れ、うまく話せなくなる、頭痛などが代表的な症状です。

このような場合には、すぐに救急車を呼び、速やかな治療を受けましょう。



センター市民健康講座

第87回 センター市民健康講座

日時 2025年9月17日(水) 14:30~15:00

場所 西宮渡辺心臓脳・血管センター 5階食堂

参加数 15名

テーマ 歯だけじゃない!? -口の機能から考える健康-

講師 西宮渡辺病院 歯科口腔外科部長 梨 正典

内容 本講演では「歯だけでなく口の機能が健康を左右する」をテーマに、口の機能である咀嚼・嚥下・発音・呼吸と、糖尿病・心血管疾患・誤嚥性肺炎・認知症・消化器がん等との関連を解説した。歯の喪失や口の機能が落ちた状態(口腔機能低下症)が低栄養/サルコペニア、フレイル、要介護、死亡、QOL低下へつながる点を示し、簡易チェックで複数該当する場合は定期的な歯科受診を推奨する。日常の口の管理としてよく噛む・よく動かす口腔体操(あいうべ等)で「健口」を守りつつ、予防的歯科受診を提案し、かかりつけ歯科を持つことの重要性和と当院との連携体制を紹介した。



第88回 センター市民健康講座

日時 2025年10月15日(水) 14:30~15:00

場所 西宮渡辺心臓脳・血管センター 5階食堂

参加数 10名

テーマ 『紫外線と肌の老化 -「しみ」と「シワ」は
どうしてできるの?』

講師 西宮渡辺脳卒中・心臓リハビリテーション病院
形成外科・美容医療センター長 皐月 玲子

内容 年齢を重ねてくると、だれでも気になってくる「しみ」や「シワ」。ですが、これらがどうして出てくるのかをちゃんと説明できる方は少ないかもしれません。

しみやシワの発生には紫外線が関与し、光老化によって起こります。紫外線を予防するには紫外線というものを知る必要があります。そこで、紫外線の特徴と日焼け止めについてわかりやすく説明し、紫外線からお肌を守る方法を考えます。

そして、できてしまったシミやシワの治療方法について、実際の治療経過を提示しながらご紹介します。



センター市民健康講座

第89回 センター市民健康講座

日時 2025年12月17日(水) 14:30~15:00

場所 西宮渡辺心臓脳・血管センター 5階食堂

参加数 10名

テーマ いがいと難しくない「介護申請」出せば何とかなる
「介護認定」～ご家族とともに快適な老後を～

講師 手術部看護部門統括部長 濱崎 弘子
医療ソーシャルワーカー 北村 圭



内容 介護保険制度は、高齢者が健康で安心して暮らせるように、保険・医療・福祉の面から総合的に支援するもので、みんなで支え合う制度です。高齢社会に支える若者が減る人口減少社会、2040年問題がすぐそこにきています。支える世代が仕事と介護の両立ができ、介護離職ゼロを目指して、介護が必要になってきた・老後の不安が出てきたと感じたら介護申請を考える事をお勧めします。認定されれば少ない費用負担で家事、食事、入浴、排泄の支援を受ける事ができます。講座を聞きに来て頂いた皆様に、今日をきっかけにご両親のことを思ったり、兄弟で話し合ったりして一度お考え頂ければ幸いです。

循環器診療セミナー in 西宮

第129回 循環器診療セミナー in 西宮

日時 2025年10月15日(水) 18:30~20:00

場所 西宮渡辺病院 5階

参加数 55名

開会挨拶 西宮渡辺心臓脳・血管センター 管理者 兼 院長 増山 理 先生

『地域とともに診る循環器疾患 ~持続可能な紹介体制の構築を目指して~』

特別講演 I <演者>大阪医科薬科大学 循環器内科 教授 森田 英晃 先生

<座長>兵庫医科大学 循環器・腎透析内科学 主任教授 石原 正治 先生

『神戸大学循環器内科の新たな歩み ~虚血性心疾患患者に対する多面的アプローチ~』

特別講演 II <演者>神戸大学医学部附属病院 副病院長・循環器内科主任教授 大竹 寛雅 先生

<座長>和歌山県立医科大学 名誉教授 / 社会医療法人 渡邊高記念会 西宮渡辺心臓脳・血管センター 循環器内科特別顧問 赤阪 隆史 先生

閉会挨拶 西宮渡辺心臓脳・血管センター 副管理者 兼 放射線科統括部長 渡邊 慶明 先生

10月16日「第129回 循環器診療セミナー in 西宮」を西宮市医師会内科医会、一般社団法人循環器フォーラム in 西宮との共催のもと、西宮渡辺病院 新棟5階 大会議室にて開催させていただきました。

特別講演 I では、大阪医科薬科大学 循環器内科 教授の森田 英晃 先生より『地域とともに診る循環器疾患 ~持続可能な紹介体制の構築を目指して~』のテーマで、また特別講演 II では、神戸大学医学部附属病院 副病院長 兼 循環器内科主任教授の大竹 寛雅 先生より『神戸大学循環器内科の新たな歩み ~虚血性心疾患患者に対する多面的アプローチ~』のテーマで御講演頂きました。

当日は、55名の方に参加をいただき、盛況に本セミナーを開催することができました。

