

# 市民公開講座

入場無料

定員150名

要・事前登録

空席は当日参加可

## 痛みに負けない カラダとこころの作り方

日時

2018年3月4日(日)

13:30~16:00 (12:30~ 開場・健康測定)

会場

川崎医科大学現代医学教育博物館

〒701-0192 岡山県倉敷市松島577

当日駐車場無料

司会 中塚 秀輝

川崎医科大学附属病院  
麻酔・集中治療科 教授

講演 1 新しい痛み治療の考え方

西江 宏行  
認定NPO法人  
いたみ医学研究情報センター理事  
川崎医科大学附属病院  
麻酔・集中治療科 講師

講演 2 いつまでも自分で歩きたい！  
3つのコツを教えます

鉄永 倫子  
岡山大学 整形外科学教室  
医療安全管理部 助教

講演 3 動いて防ぐ、  
ロコモ、寝たきり、体の痛み

脇本 敏裕  
川崎医科大学附属病院  
健康診断センター

講演 4 がんばらない痛みの和らげ方

岩佐 和典  
就実大学 教育心理学科 准教授

12:30~13:30 健康測定

ロコモチェック(申込不要)  
薬剤師による薬の相談(事前申込要)  
看護師による生活相談(事前申込要)  
血圧、体成分分析(Inbody)、超音波骨ウエーブ(場内常設)

15:30~16:00 Q & A

麻酔科医、整形外科医、ペインクリニック医、臨床心理士、理学療法士、看護師、薬剤師などが、集学的に痛みに関する質問にお答えします。  
(事前に頂いたご質問にお答えします。)

痛みからの解放へ第一歩

共催：認定NPO法人いたみ医学研究情報センター、川崎医科大学附属病院 麻酔・集中治療科、岡山大学 整形外科学教室

後援：岡山県、岡山市、倉敷市、総社市、高梁市、笠岡市、浅口市、岡山県医師会、倉敷医師会、岡山県看護協会、山陽新聞社、倉敷ケーブルテレビ、RSK山陽放送、TSCテレビせとうち、NHK岡山放送局、OHK岡山放送

お問い合わせ

<http://itami-kurashiki.com/> お申し込みは裏面をご覧ください

086-464-1188 (川崎医科大学附属病院麻酔・集中治療科：11時~17時)



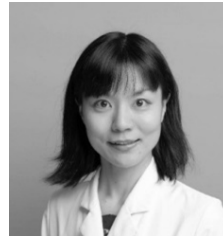
### 西江 宏行



認定NPO法人 いたみ医学研究情報センター理事、川崎医科大学附属病院 麻酔・集中治療科 講師

長引く痛みに対しては、体の異常をチェックした上で、心理的な要因や環境を含めて総合的に治療するのが新しい考え方です。

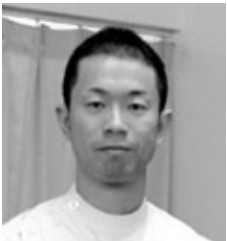
### 鉄永 倫子



岡山大学病院 整形外科医療安全管理部 助教

ロコモと上手に付き合うコツをご一緒に考えましょう。

### 脇本 敏裕



川崎医科大学附属病院 健康診断センター

体を動かすことで体の痛みを和らげ、ロコモや寝たきりを予防することができます。家庭や職場で実践できる簡単な運動を紹介します。

### 岩佐 和典

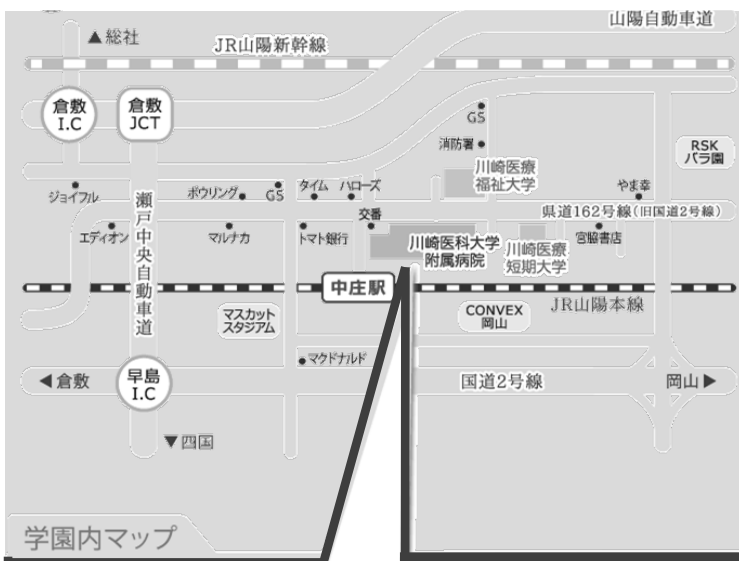


就実大学 教育心理学科 准教授

認知行動療法の立場から、力まず気負わず痛みを和らげる方法についてお話しします。

## 会場地図

自家用車は第1、第2外来駐車場をご利用ください。駐車場無料券をお渡しします。



参加ご希望の方は、FAX、E-mail、ホームページ、はがきのいずれかでご応募ください。お申込み締切 2018年2月23日(金)

# FAX 086-464-1188

氏名

住所 〒 -

電話

薬の相談を希望  (先着4名まで)

生活相談を希望  (先着3名まで)

痛みに関する質問があれば、お書きください。  
(Q&Aや講演の中で取り上げます。回答できなかったご質問は後日ホームページ等でできるだけお答えします。)

## お問い合わせ

川崎医科大学附属病院 麻酔・集中治療科「市民公開講座係」

〒701-0192 倉敷市松島577

TEL&FAX: 086-464-1188 (平日11時から17時まで)

<http://itami-kurashiki.com/>

E-mail : [anesicu@med.kawasaki-m.ac.jp](mailto:anesicu@med.kawasaki-m.ac.jp)

○お申込みいただいた個人情報は本市民公開講座以外では使用いたしません

