

令和8年度

医師による

市民健康講座



市民の皆様の健康づくりのために、身近な病気やその予防について、毎月、医師による講演会を開催しています。正しい知識を身に付けて健康づくりにお役立てください。

■時間 13時15分～14時30分

■場所 鈴鹿市ふれあいセンター「ふれあいホール」(南玉垣町 6600 番地)

■申込み 必要 ※詳細は広報すずか「HEALTH+ (ヘルスプラス)」をご覧ください

開催日	内容	担当医師	広報掲載(予定)
4月22日(水)	手足のしびれの正体を知る! ～脊柱管狭窄症の原因と対策～	今西 隆夫 (整形外科医)	3月20日号
5月14日(木)	もしかして認知症? ～早めに気づくためのサインと対応～	川名 陽介 (脳神経内科医)	4月号
6月18日(木)	トイレの悩みを軽くする生活術 ～尿トラブルの原因と対策～	杉村 芳樹 (泌尿器科医)	5月号
7月16日(木)	専門医が語る、薬に頼らない血圧管理実践	北村 哲也 (循環器内科医)	6月号
8月20日(木)	足の瘤(コブ)が気になる方へ ～下肢静脈瘤の原因・症状・治療・予防～	早川 弘輝 (内科医)	7月号
9月17日(木)	あなたの胃は大丈夫?胃がんリスクを下げ、 早期発見につなげる健康への道しるべ	吉澤 尚彦 (消化器内科医)	8月号
10月15日(木)	気づくことが第一歩 ～乳がんの早期発見と予防～	金兒 博司 (外科医)	9月号
11月19日(木)	血糖値が高いと言われたら… ～頑張れない人に内緒の話～	北村 哲也 (循環器内科医)	10月号
12月17日(木)	胸の痛み・息切れ・動悸 ～心臓を守るためにできること～	太田 寛史 (循環器内科医)	11月号
令和9年 1月21日(木)	ちょっとした疲れ・転びやすさに気付いたら ～早めのフレイル対策～	植村 剛 (整形外科医)	12月号
2月18日(木)	気づきにくい肝臓のサイン ～脂肪肝を放っておかないで～	別府 徹也 (内科医)	1月号
3月17日(水)	更年期を元気に乗り切ろう! ～つらい症状への対処法～	鳥谷部 真実 (内科医)	2月号

※ 気象状況や感染症などの影響により、中止や変更になる場合があります。

【お問い合わせ】

鈴鹿市地域医療推進課

電話:327-5030

FAX:384-5670