

福島県立医科大学衛生学・予防医学講座・福島県立図書館 連携講座

衛生学・予防医学 講演会

講演1

冬に危険な低体温症と冬でも危険な熱中症

各務竹康 先生

福島県立医科大学衛生学・予防医学講座 准教授

講演2

理学療法士が語る！腰痛予防と対策について

佐藤 勢 先生

聖・オリーブの郷 東館 理学療法士・リハビリ部長



～講演会終了後、ご希望の方には
図書館探検ツアーへご案内いたします～



日時:令和4年12月10日(土) 15:00～16:40
会場:福島県立図書館 講堂(福島市森合字西養山1)
定員:100名(先着)

〈福島県立医科大学衛生学・予防医学講座・福島県立図書館 連携講座〉

主催:福島県立医科大学 衛生学・予防医学講座

共催:福島県立図書館

問い合わせ先:衛生学・予防医学講座 TEL 024-547-1174

福島県立図書館 TEL 024-535-3220

参加無料
申込不要

福島県立図書館・福島県立医科大学衛生学・予防医学講座 連携講座
企画概要

衛生学・予防医学講演会

日時

令和4年12月10日(土) 15:00～16:40(開場 14:30)

会場

福島県立図書館 講堂(福島市森合字西養山1)
(福島県立図書館HP: <https://www.library.fcs.ed.jp/>)

講演内容

I. 冬に危険な低体温症と冬でも危険な熱中症

演者: 各務竹康 先生(福島県立医科大学

医学部 衛生学・予防医学講座 准教授)

時間: 15:10 ～ 15:50

概要: 新型コロナウイルスの流行で、体温を測ることが習慣化した方も多いのではないのでしょうか。人間は恒温動物といって、体温が外気温に左右されず、一定に保たれる仕組みがあります。一方で暑さ、寒さが極端な場合は、体温を保つことができず、熱中症や低体温症の危険が高くなります。冬場の低体温症は屋外での遭難などを想像しますが、実は低体温症の死亡者のうち三人に一人は自宅が原因です。また、熱中症は夏のイメージですが、コタツなどが原因で、冬場に熱中症になる人もいます。人間はどのように体温を調節するのか、低体温症や熱中症をどのように予防するのか、お話します。

II. 理学療法士が語る！腰痛予防と対策について

演者: 佐藤 勢 先生(聖・オリーブの郷 東館 理学療法士・リハビリ部長)

時間: 15:50 ～ 16:30

概要: 腰の痛み、お悩みではありませんか？腰痛は、腰を主とした痛み、不快感が生じる疾患です。骨などの負担の他にも、さまざまな要因が腰痛の発症に関係していることが分かっています。過度の安静や痛みの不安は、腰痛慢性化の原因になるといわれています。運動機能の改善が得意な理学療法士が、効果的な運動や予防に必要な知識(腰痛の原因、痛みの種類、腰痛との向き合い方等)をわかりやすく説明致します。ぜひ、みなさまの健康的な生活にお役立てください。