

先着
350名

長崎市民公開講座

～今日から始める、腎臓を守る新習慣～

日時 **25.11.09** (日) **13:00～14:30**

場所 出島メッセ長崎 2階 コンベンションホール

— Program —

総合座長：長崎大学病院 腎臓内科 教授 西野 友哉 先生

講演1：13:00～13:20

『CKDってどんな病気？』

長崎大学病院 腎臓内科

助教 山下 鮎子 先生



講演2：13:20～13:40

『CKDにならないための食事って、
どうすればいいの？』

長崎大学病院 栄養管理センター

管理栄養士 古谷 順也 先生



講演3：13:40～14:20

『CKD、どう防ぐ？どう付き合う？』

長崎大学医学部医学科 先端医育センター

教授/腎臓専門医 牟田 久美子 先生



Q&A：14:20～14:30

オンラインでのお申し込み

二次元コードをスマートフォンで
読み取りお申込みください。

受付期間：11月8日（土）まで



「あじさいコール」でのお申し込み

095-822-8888（長崎市コールセンター）

受付期間：10月1日（水）～11月6日（木）

（平日8：00～19：00、土日祝8：00～17：00）

【お問い合わせ先】長崎市市民健康部 健康づくり課 TEL:095-829-1154

共催：長崎市/日本ベーリンガーインゲルハイム(株)

慢性腎臓病(CKD) という言葉を知っていますか？

日本では成人の約5人に1人が慢性腎臓病（CKD）と推定されています。CKDは、初期には症状がほとんどなく、気づかず進行することが多い病気です。腎臓は一度機能が低下すると回復が難しく、透析が必要になる場合もあります。

今回の市民公開講座では、CKDの基礎知識に加え、腎臓を守るための生活習慣や食事の工夫、早期発見の大切さについてわかりやすく解説します。正しい知識が未来の健康につながります。ご自身やご家族のために、腎臓への理解を深めてみませんか。



長崎大学病院 腎臓内科 教授 西野友哉



長崎市での腎臓を守る取り組みご存じですか？
長崎市の慢性腎臓病(CKD)対策についてはこちら



特定健診で病気のリスクを 早期発見・早期予防



長崎市国民健康保険に加入されているかたは、
年度に1回無料で特定健診の受診が
できます。いつまでも健康に過ごすために、
まずは今のからだの状態をチェック
しましょう。

一般的な血液検査に加え、腎機能と貧血検査
も追加で実施中です。

個別健診を実施
している医療機関
はこちら



集団健診の
日程・会場は
こちら



会場アクセス

出島メッセ長崎

〒850-0058 長崎市尾上町4-1

長崎駅直結/立体駐車300台

駐車料金

	最初の1時間	1時間以降 (20分ごと)	注釈
休日	300円	100円加算	最大料金なし



【お問い合わせ先】長崎市市民健康部 健康づくり課 TEL:095-829-1154

共催：長崎市/日本ベーリンガーインゲルハイム(株)