

# 出前講座報告書

Vol.2

日 時:2016年9月26日

開催場所:いわき総合保健福祉センター

## テーマ

### 「循環器疾患の1次から3次予防」

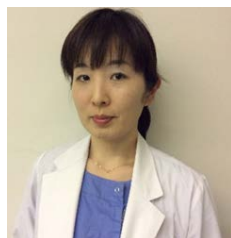
心臓リハビリテーションは、心疾患発症後いかに再入院させないかを目的に、一般的な内服や生活指導による疾病管理に加えて、運動療法を多職種が関わって行う包括的プログラムです。



#### 講義の様子

前半は循環器疾患の予防について、心臓カテーテルの画像を見ながらの基本的な知識から、食事（主に塩分）による一次予防、さらには心臓リハビリテーションによる三次予防まで、幅広く学ぶ講義でした。

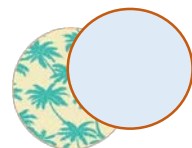
#### 講師紹介



太田西ノ内病院  
循環器内科 医長  
遠藤 教子先生

H25年から現職。心疾患の再発防止プログラムとして、心臓リハビリテーションという、非常に効果的な治療があります。当院では2005年から再発リスク低減のため導入しています。日本ではようやく普及のきざしが見えてきましたが、まだまだ認知度は低いのが現状です。少しでも多くの医療従事者、そして市民の方に伝えていくことが大切と考え、活動しています。

## グループワーク



グループに分かれて話し合った中で多く出てきたキーワードは、心リハ、減塩、フレイル、Fickの式でした。（←ポストイット入力で要確認）



## 復習ポイント

- ・保健指導の必要性を伝えるにはどうしたらよいでしょう？
- ・食事療法(とくに減塩)の意義は？
- ・心臓リハビリの必要性は？
- ・フレイルの理解を深めましょう。

## アンケート集計

参加者は23名、アンケート回収は21名でした。

評価項目	(そう)思う(※)
研修の資料や進行について	
配布資料は適切だった	90%
時間配分は適切だった	95%
進行は適切だった	95%
研修の内容について	
講義内容について理解できた	86%
講義は今後の保健活動に役立つと思う	90%
話し合いは今後の活動に役立つと思う	89%
学んだことを同僚に伝えたいと思う	86%

\* 5段階評価：「1. 全くそう思わない」～「5. 大いにそう思う」の4と5の合計



## 編集後記

減塩と運動という従来の保健指導のポイントに加えて、心リハ、フレイル、Fickの式など新しい言葉も学べた研修会でした。遠藤先生が10月1日開院した「長者2丁目かおりやま内科」([www.kaoriyama-clinic.com/](http://www.kaoriyama-clinic.com/))では、保健指導の指導者を派遣可能だそうです。是非ご活用ください！  
(後藤)

## Organized by FMU



性差医療センター  
災害医療総合学習センター  
医療人育成・支援センター  
総合科学教育研究センター  
公衆衛生学講座



本ニュースレターのデザインはご当地シリーズです。

出前講座は「福島県保健師現任教育指針」の枠組みで行っています。

