

三重県慢性腎臓病対策

県民公開講座

参加無料

先着500名

# 小さな腎臓が あなたの健康を守る

～はじめてみよう身近な生活習慣の見直し～

日時 令和6年 2月18日(日)

13:00～15:15 (受付12:30～)

会場 亀山市文化会館 大ホール

〒519-0124 亀山市東御幸町63番地 TEL: 0595-82-7111

※駐車場に限りがありますので出来るだけ公共交通機関をご利用ください。

## Program

### 第一部 13:00～13:55

**1 学術講演 腎臓と心臓の強い繋がり:**  
生活習慣を改善して腎・心を整えましょう  
三重大学大学院循環器・腎臓内科学 教授 土肥 薫

**2 今日から始める! 腎臓と健康を守る身体活動と運動**  
鈴鹿医療科学大学保健衛生学部  
リハビリテーション学科理学療法専攻 准教授 伊藤 卓也

### 第二部 14:05～15:15

**3 知って安心 くすりの話**  
シーズ株式会社 川崎薬局 代表取締役 岡田 直

**4 みんなで考える慢性腎臓病 ～知って守ろう! あなたの腎臓～**  
亀山透析クリニック 看護師 森 拓也

**5 笑いヨガ** 三重県透析看護勉強会

**6 お口のケアで腎臓を守る生活習慣**  
鈴鹿回生病院 腎臓センター看護師 綿引 直美・菊岡 智美

**7 減塩のコツ** 鈴鹿中央総合病院 管理栄養士 村林 紗季

「三重とこわか健康マイレージ事業」認定ポイントが付与されます。詳細は裏面をご覧ください。

### お申し込み方法:

郵便番号、住所、氏名、電話番号、参加人数を明記の上、下記のいずれかでお申し込みください。

①【郵 送】〒514-8507 津市江戸橋2-174  
三重大学医学部附属病院腎臓内科内  
三重CKD委員会 宛

②【FAX】059-231-5569

③【メール】mieckd@med.mie-u.ac.jp

●申し込み締切日: 令和6年2月14日(水) 必着

### ●お問い合わせ先:

三重CKD委員会事務局  
〒514-8507 津市江戸橋2-174  
三重大学医学部附属病院腎臓内科・血液浄化療法部  
TEL 059-231-5403 FAX 059-231-5569  
E-mail: mieckd@med.mie-u.ac.jp

●主催: 三重CKD委員会

●共催: 三重県、三重大学医学部附属病院、  
認定NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク

●後援: 亀山市、三重県市町保健師協議会、  
三重県国民健康保険団体連合会、(公社)三重県医師会、  
(一社)三重県薬剤師会、(公社)三重県栄養士会、  
(一社)三重県理学療法士会、(一社)三重県作業療法士会、  
厚生労働科学研究費補助金・腎疾患政策研究事業「腎疾患  
対策検討会報告書に基づく慢性腎臓病 (CKD) 対策の推進  
に資する研究」、NPO法人日本腎臓病協会、  
中日新聞社、三重エフエム放送

●三重大学第一内科ホームページ

<https://www.medic.mie-u.ac.jp/naika1/info/volunteer/index.php>





《送信先FAX》 **059-231-5569**

申込締切 [参加申込] 令和6年2月14日(木) 必着

■ 県民公開講座

「小さな腎臓があなたの健康を守る  
～はじめてみよう身近な生活習慣の見直し～」

● 講演会参加申込

氏名	ふりがな	参加人数	合計	名
住所	〒			
電話番号		携帯 電話番号		

参加証の発送はございません。

※ご記入いただきました個人情報については、  
本会の運営に関する目的以外には使用いたしません。

会場：亀山市文化会館

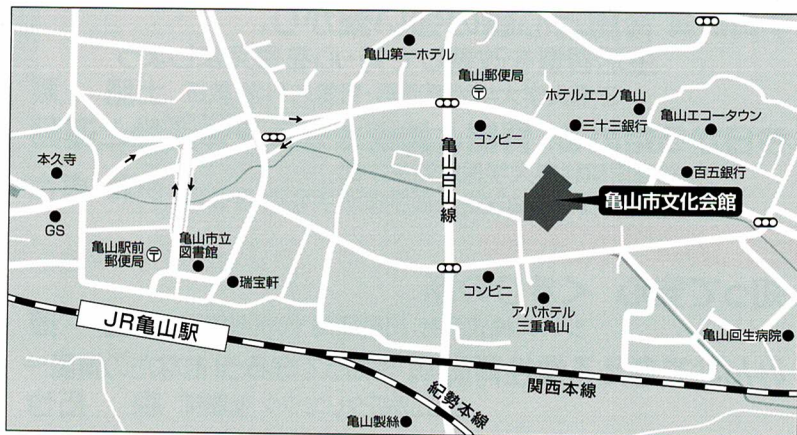
〒519-0124 亀山市東御幸町63番地  
TEL:0595-82-7111

<交通のご案内>

◇電車……JR亀山駅から徒歩7分

◇車……東名阪自動車道「亀山IC」より約10分

※駐車場(340台)には限りがありますので出来るだけ公共交通機関をご利用ください。



「三重とこわか健康マイレージ事業」とは？

食生活や運動などの生活習慣改善や健康診断の受診、地域活動への参加など健康づくりに取り組んだ方に、健康マイレージポイントが付与されます。一定のポイントを獲得した方は、市町より「三重とこわか健康応援カード」が交付され、カードを「マイレージ特典協力店」で提示することにより特典を受けることができます。

(市町により内容は異なります。詳細は各市町にお問い合わせください。)

\*本県民公開講座参加で、  
ポイント付与が対応可能な市町

いなべ市、木曾岬町、東員町、  
菟野町、朝日町、四日市市、鈴鹿市、  
亀山市、津市、松阪市、多気町、  
明和町、大台町、伊勢市、玉城町、  
大紀町、熊野市、御浜町、紀宝町