

千葉県婦人科公開講座

日本産科婦人科学会千葉地方部会

日本産婦人科医会千葉県支部 主催

平成 19 年度 女性のための市民公開講座

【日時】 2008 年 3 月 8 日（土） 14:00～16:30（開場 13:30）

【会場】 千葉市文化センター3F アートホール（500 名収容・入場無料）

〒260-0013 千葉市中央区中央 2 丁目 5 番 1 号

電話 043-224-8211 FAX 043-224-8231

◎講演テーマ

「快適な更年期・老年期の女性としての過ごし方」

日本産科婦人科学会と日本産婦人科医会では毎年 3 月 1 日から 8 日までを「女性の健康週間」と定め、各県ごとにこの 時期に市民公開講座を開催しています。千葉地方部会では、今回はこのテーマとして「更年期・老年期」を取り上げてみました。日本は世界有数の長寿国であり、特に女性は平均寿命が 85.49 歳(平成 17 年)とかれこれ 20 年あまり世界最長寿を誇っています。50 歳を越えたのが戦後になってからの話ですので、実にそれからわずか 60 年余で、30 年以上も平均寿命が延びたこととなります。つまり、戦前までは閉経の頃が人生の終焉とほぼ同じであったのですが、 現在ではそのあとに迎える更年期・老年期といった時期が人生の 4 割強を占めるようになったこととなります。

それだけの長い間には若いころには起こらなかったさまざまな変調が体に生じてきます。おなじみの更年期障害を始めとして、骨粗鬆症・脂質異常症・中高年のうつなどの疾患があることは最近マスコミにも多く取り上げられておりご存知のことと思います。

今回はこれらの疾患を正しく理解していただき、その中での産婦人科医の役割をお知らせするために県内のそれぞれの立場を代表する方々にお集まりいただきました。また、県内でこの問題に取り組んでいる団体の方からの更年期・老年期を乗り切るためのお得な情報も併せてご紹介していきたいと考えています。

ぜひとも大勢の皆さんのご来場をお待ちしております。

◎演者

overview 日本産科婦人科学会千葉地方部会 会長 吉田幸洋先生

更年期・老年期の女性の変化

—正しい知識を知る、頭で聴く、考える。(ひとり 30 分くらい)

・骨と血管を守るために

帝京大学ちば総合医療センター 第三内科 教授 岡崎亮先生

・更年期の「うつ」・「うつ状態」

東京慈恵会医科大学晴海トリトニッククリニック婦人科 教授 神谷直樹先生

・華麗なる加齢のために-更年期に出来ること

東京歯科大学市川総合病院 産婦人科 教授 高松潔先生

どんなふうに考えようか更年期。

得している人のコツってどんなこと？あなたにとって最初の一步。

40代からのいきいき女性をめざして

—セルフモニタリング、セルフケアとかかりつけの産婦人科医師は3種の神器—

NPO 法人 21 世紀ウイメンズヘルス研究会 副理事長/千葉県健康福祉部健康づくり支援課嘱託

宮原 富士子 氏

第三部／質疑応答・総合討論

司会者／今村 優理子 氏 (リポーター・MC・コメンテーター)