



# 市民公開講座のご報告

## あなたのハートは大丈夫？ ～心臓発作からあなたと家族を守る～

第30回市民公開講座（平成29年4月8日） 亀山市文化会館 参加者 135名

平成29年4月8日に亀山市文化会館におきまして、第30回市民公開講座「あなたのハートは大丈夫？」を開催いたしました。心臓マッサージ講習会には40名の方にご参加いただき、目の前で倒れた人を助けるための心肺蘇生の講習、自動体外式除細動器(AED)の体験をして頂きました。三重大学医学部附属救命救急・総合集中治療センターの石倉健と、三重大学医学部「きゅうめい」部の学生さんにより、熱心な実技指導をして頂きました。

亀山市の広森繁副市長にオープニングのご挨拶を賜り、講演会には135名の方にご参加いただきました。三重大学医学部附属病院長の伊藤正明から、「心臓病・脳卒中を起こさないために～自分の血压を知って、さあどうする？～」の演題名で講演して頂きました。いつもの高血圧のレビューに加えて、長寿社会を目指す上での、今後の課題と、輝ける将来に向けての解決法について、とてもわかりやすく、ご講演頂きました。ヨガ・インストラクターのSHINOBUさんによる、座ったまま楽しく出来るヨガで十分くつろいだ後、岡本隆二より「～あなたと家族を守るために～狭心症・心筋梗塞 知っておくべき大切なこと」の演題名で、講演をさせて頂きました。聴衆の方に時折笑って頂きながら、精一杯わかりやすくお伝え致しました。私達ドクターも忘れてはいけないこととして、急性心筋梗塞という疾患は院外での死亡率がまだまだ高く、一般の方と協力して、病院に到達できるように努力を続けたいとお願いを、再認識致しました。Q&Aコーナーでは、心筋梗塞のみならず、不整脈や異型狭心症の質問も飛び交い、とても楽しい雰囲気でご会を終えることが出来ました。当日は曇りで、帰りは雨にも降られましたが、桜がちょうど満開で、とても癒された一日になりました。今回の市民公開講座に参加された亀山市民の方々に感謝すると共に、そのご家族の健康に少しでもお役に立てれば幸いです。激励に駆けつけて下さった、亀山市立医療センター院長の今井俊積先生、サポートして頂いた秘書様、各先生方、製薬会社や医学生の方々のボランティアの方々には、この場をお借りして厚く御礼申し上げます。



三重大学医学部附属病院 循環器内科・総合内科 岡本隆二



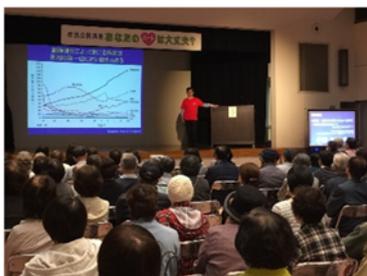
心臓マッサージ講習会



AED体験



休憩 ～ヨガで頭すっきり～



講演①



Q&A コーナー