

参加無料

定員200名  
(先着順)

【主催】一般財団法人 淳風会 淳風会健康管理センター  
【協賛】(株)ヘルスケアシステムズ

健康を支える



## 市民公開講座

# リウマチ?

## 手指のつらい 痛みの原因と対処法

### — 女性の手の健康を守るために —

家事や仕事、趣味など、様々な場面で、手は欠かせない役割を果たしています。手を守り、健康を保つことで、生活の質が向上し、活動的な生活を送ることができます。女性に多く、手指の動かしにくさや痛みを起こす病気には変形性手指関節症（ヘバーデン結節など）や腱鞘炎などがあり、初期には関節リウマチと区別することが簡単ではありません。関節リウマチも女性に多い病気です。放置したり、治療がうまくいかない場合には痛みや腫れが続き、手足や脊椎に変形が生じて日常生活が思うように送れなくなります。抗リウマチ薬が大きく進歩した現在でも、早期発見・早期治療が非常に重要です。それぞれの病気がどのような特徴をもち、どういう診断や治療が行われるか、自分でできることはないか、などについて、正しい知識をもって対処することが大切です。本講演では、女性の手の健康を守るため、これらの疾患についてわかりやすく解説します。

治療体操  
実践コーナー  
もあります  
(講演内)

### 市民公開講座プログラム

14:40～15:40

リウマチ?

手指のつらい痛みの原因と対処法

講師

岡山大学病院 運動器疼痛センター  
教授/センター長

西田 圭一郎 先生



15:40～15:55

オンライン



エクオール検査についてのご紹介

講師 (株)ヘルスケアシステムズ 松本 勝兵衛氏

座長

一般財団法人 淳風会 医療診療セクター長  
春間 賢

事前申込制

裏面をご覧ください

お申込期日 / 10月19日(土)必着

2024年 10月25日(金)

14:30～16:00(開場 14:00)

山陽新聞さん太ホール

岡山市北区柳町 2-1-1 (山陽新聞社 本社ビル)

来場者特典

エクオール検査キット  
(4,000円相当)

当日抽選で  
10名様に  
プレゼント!

※講演終了後  
にお渡しいたします。



※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

2024年

一般財団法人 淳風会 淳風会健康管理センター主催

10/25 (金)  
開催

# 市民公開講座

定員  
200名

※先着順で定員になり次第、締切とさせていただきます。

## お申込み・お問い合わせについて

参加ご希望の方は [はがき (郵送)] [E-mail] [FAX] のいずれかでご応募ください。

はがき

〒700-0913 岡山市北区大供 2-3-1

### 淳風会健康管理センター「市民公開講座」係

お名前 (ふりがな)・性別・年齢・郵便番号・ご住所・お電話番号・メールアドレスを記入してお申込みください。

E-mail

reception@junpukai.or.jp

【件名】市民公開講座 申込

【本文】お名前 (ふりがな)・性別・年齢・郵便番号・ご住所

お電話番号を入力して送信してください。

FAX

086-226-8251

枠内の必要事項をご記入の上、  
本紙を上記 FAX 番号までお送りください。

ふりがな		性別	年齢
お名前		男性 ・ 女性	歳
ご住所	〒 ー		
お電話番号	メールアドレス	※当センターから受付完了のメールをお送りさせていただきます。	

※受付完了のご連絡はメールアドレスの記載がある方にお送りさせていただきます。記載なしの場合、特に淳風会から連絡はいたしませんので当日会場にお越しください。

ふりがな		性別	年齢
お名前		男性 ・ 女性	歳
ご住所	〒 ー		
お電話番号	メールアドレス	※当センターから受付完了のメールをお送りさせていただきます。	

※受付完了のご連絡はメールアドレスの記載がある方にお送りさせていただきます。記載なしの場合、特に淳風会から連絡はいたしませんので当日会場にお越しください。

- お申込みに関する個人情報は、本市民公開講座と今後当センターが開催する講座や健康セミナー以外では使用いたしません。
- 受付完了のご連絡はメールアドレスの記載がある方にお送りさせていただきます。  
メールアドレスの記載がない場合、特に淳風会から電話連絡はいたしませんので当日会場にお越しください。
- 事前参加票など淳風会からの発送物はございません。当日は会場受付にてご氏名をお伝えください。
- 定員超過の場合、締切を待たずお申込みを終了とさせていただきます。その際は淳風会健康管理センターホームページにてお知らせします。
- お電話での参加申込み受付は行っていません。
- ご不明点がありましたら、下記の電話番号へご連絡ください。

TEL : 086-226-2666 (代) 市民公開講座担当まで

【受付時間】月曜～金曜 / 8 : 30～16 : 30

お申込み締切  
10月19日(土)まで