

## 第2回先天性心疾患患者さんご家族様向けセミナー

主催： 埼玉医科大学総合医療センター小児循環器外来

場所： 埼玉医科大学総合医療センター 5階 大講堂

開催日時： 2017年4月22日（土） 14時30分～16時30分

対象： 先天性心疾患を抱える患者様、またその御家族様

参加人数： 先着約120名

参加費： 無料

<セミナー内容>

第一部：講義

① 「運動は、心臓に良いのか？悪いのか？」（増谷准教授・石戸講師より）

運動は、心臓にとって良いのでしょうか？悪いのでしょうか？心臓にとって、「良い運動」「悪い運動」というものはあるのでしょうか？当院の増谷准教授と石戸講師がそれぞれの観点から激しく討論いたします。

② 栄養管理の重要性について（食物摂取状況調査票を通して）（当院管理栄養士より）

栄養バランスのとれた食事は心臓・血管を良い状態に保ち、合併症を予防するために大切です。しかし、実践となると、栄養バランスのとれた献立の作成が大きな負担となり、継続し難いとお考えの方は多いのではないのでしょうか。まずは、普段どのような食事を摂っているか、食生活の把握が第一歩です。今回は、皆様ご自身で普段の食事習慣について把握してみましょう。当院の管理栄養士がお手伝いさせていただきます。

第二部：患者さんの体験談＋フリーパネルディスカッション

- ・ 社会人の方の体験談
- ・ 高校生の方の体験談

患者さんの体験談をもとに、それぞれの年代での悩み、将来の不安、希望等、親御さんの体験、意見も交えフリーに討論して、より良い学校、社会生活を送るための一助になればと思います。多数のご参加、お待ちしております。

※内容は一部変更になることがあります。

※今回も託児室を設けます。当院小児科看護師が預かります。

※お菓子とお飲み物を無料で提供させていただきます。

参加希望者の申し込み先：

Eメール：[smusmcped.card@gmail.com](mailto:smusmcped.card@gmail.com) (担当：岩本洋一まで)

もしくは

埼玉医科大学総合医療センター小児循環器外来

電話番号：049-228-3717（午前9時～午後5時）

（直接、外来窓口に申し込んでいただいても構いません）

お申し込み時は、氏名・連絡先（電話番号・住所・メールアドレス）・講義参加者者人数・託児室利用人数（年齢・性別）をお伝え下さい。後日、申込書を郵送で送らせて頂きます。

お申込期限：（Eメールないしお電話）2017年3月31日（金）午後5時まで

埼玉医科大学総合医療センター小児循環器外来  
岩本 洋一