

北大肝臓病教室

紙上

2024年11月22日(金) 発刊 vol.22

真夏の市民公開講座が
真冬に再公開らしいぜ！
夏の記憶も遠のく今日この頃、
仲間と再度一緒にご視聴いかが？



真夏の市民公開講座～振り返り～

2024年7月28日市民公開講座は、約4年ぶりに集合型の現地開催としました。当日は札幌市内や近郊だけでなく、遠く釧路市や夕張郡からもご参加を頂き、この場をかりて御礼申し上げます。久しぶりの現地開催でしたので地下鉄や新聞の広告も使い、参加者は10代～80代まで幅広い年代の137人にお集まり頂きました。

講座では、大原センター長から脂肪性肝疾患をコンパクトにわかりやすく、久富管理栄養士からは簡単にできるレシピの紹介がありました。高橋准教授からは、ダイエットがついつい先延ばしになる理由を教えてくださいました。

脂肪肝はとても身近な病態で、早く現状を把握し、食行動の把握や体重管理を行うことで、肝臓への悪影響を減らすことが出来ます。初診の患者さんたちのお話を伺っていても、アルコール摂取が肝臓を傷めることはイメージしやすいのですが、まさか年齢で動く量が減っただけなのに肝臓に影響があるとは・・・とお話される方は多いです。

ご要望も多くありましたので、再度オンデマンド配信を行います。前回のオンデマンド配信では約600回の再生がありました。この機会に、ぜひご家族や身近な方と一緒に視聴頂けましたら幸いです。



年末年始は、食事を楽しみつつも、
ときには休肝日や雪かきで運動も
積極的にやっていきましょう！
毎日の体重測定だけでも、体調把握
には大きな意味がありますよ♪



日本肝臓学会肝がん撲滅運動 北海道市民公開講座

脂肪性肝疾患 大解明

好評につき
Web再配信!

視聴無料

★ただし、視聴に係る通信料は自己負担となります。

オンデマンド
配信期間
2024

12/2月▶30月
10:00 15:00

対象

北海道大学病院・札幌医科大学附属病院、
その他病院・クリニックへ通院中の患者さんご家族、広く一般市民

肝臓ナース
ちゃん



視聴は
こちらから

事前申込不要!

<https://39live.jp/shimin>



プログラム

司会 ● 北海道大学大学院医学研究院 内科学分野消化器内科学教室
教授 坂本直哉

① 脂肪肝について～現状と課題、治療～

視聴時間 約20分

北海道大学病院 肝疾患相談センター長 大原正嗣

② 脂肪肝と食事～何を大切にするか?～

視聴時間 約20分

札幌医科大学附属病院 栄養管理センター 久富亮佑

③ ダイエットは明日から

視聴時間 約40分

北海道大学大学院文学研究院 行動科学研究室准教授 高橋泰城

Webで期間中いつでも
ご覧になれます!!

人生に一度は あなたとあなたの大切な人のために

肝炎ウイルス検査 を受けましょう!

お問合せ

北海道大学病院肝疾患相談センター

tel 011-706-7788

札幌医科大学附属病院肝疾患センター

tel 011-611-5700

●9～15時(12～13時を除く) ●月～金曜(土・日・祝除く)

主催:一般社団法人日本肝臓学会 共催:北海道大学病院肝疾患相談センター・札幌医科大学附属病院肝疾患センター