

肝臓病教室 開催報告

2025年1月20日（月） 15:00~16:00



第一部 「アルコールと肝障害について」

講師：広島大学病院 消化器内科 山岡 賢治 医師

第二部 「動画を見ながら、みんなでストレッチ！」

(～肝疾患に対する運動療法～上映)



参加者に配布した
運動に関する資料



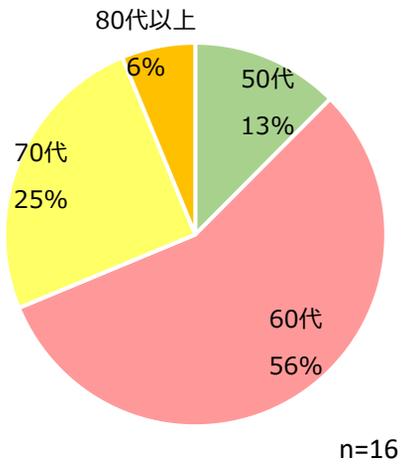
AUDIT



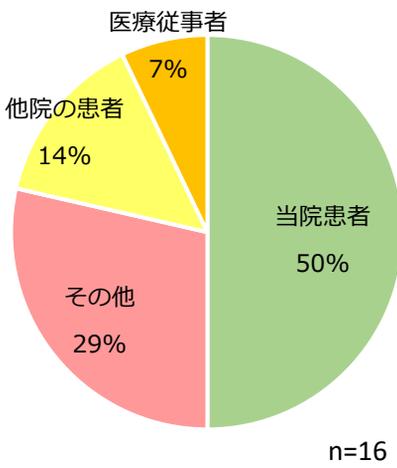
参加人数：16名

アンケート回答者数：16名

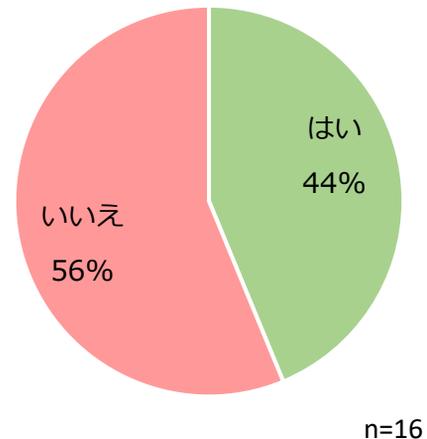
年齢



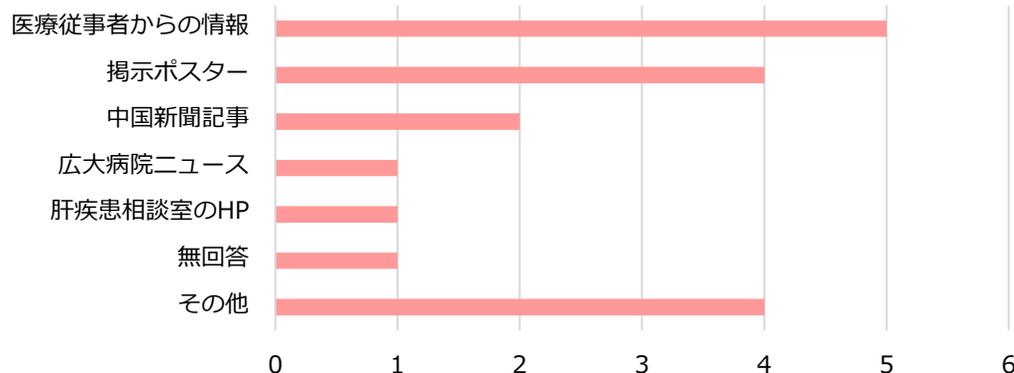
立場



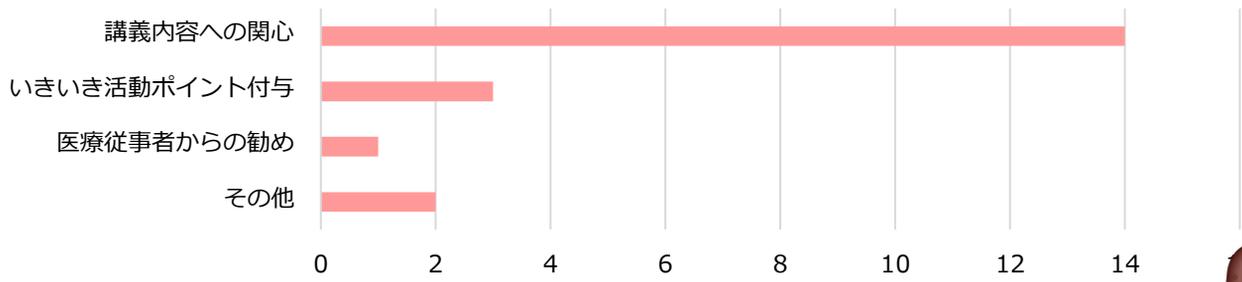
参加歴



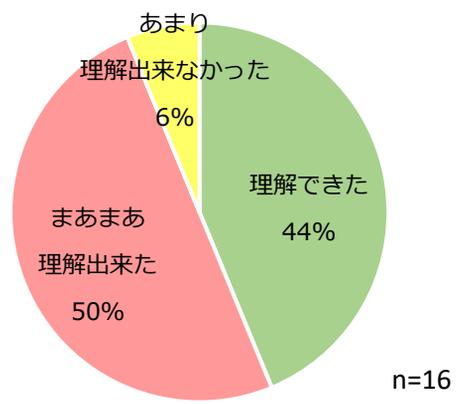
きっかけ（複数回答） n=18



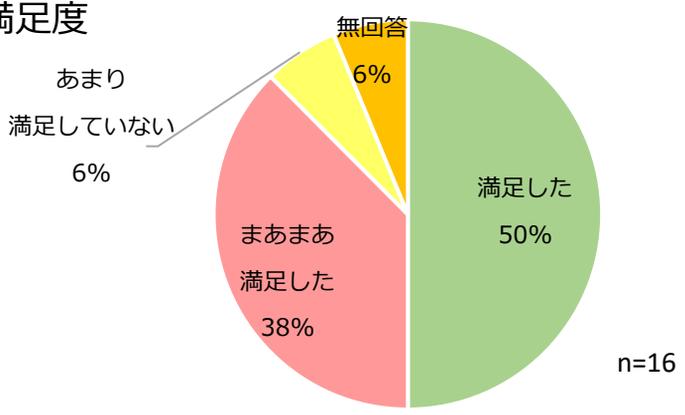
参加動機（複数回答） n=20



理解度

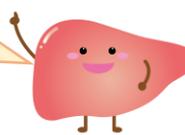


満足度



【皆様からのご感想】

- ・非常に分かりやすかった。大変参考になりました。
- ・今後の業務に活かせると思います。
- ・運動が楽しかった。
- ・配布資料がわかりやすかった。運動療法の実技、冊子が役に立つと思う。
- ・運動はこまめで良いとのこと安心して続けられそうです。
- ・定期的に運動教室を開いてほしいです。
- ・今後も参加させてほしい。



参加された方の約8割が60-70代で半数の方がはじめてのご参加でした。「アルコールと肝障害について」の講義では肝臓の役割と病気のお話、アルコールが肝臓に与える影響など、データをもとにわかりやす解説頂きました。また、アルコール依存症の程度を評価するためのテスト（AUDIT）を参加された皆様にも実施していただきました。アルコールとの向き合い方について考えるきっかけになったのではないかと思います。第二部では運動療法に関する解説動画を視聴した後、みなさんと一緒にストレッチを実践しました。自宅で簡単に出来るトレーニングを冊子に沿ってご紹介し、アンケート結果からも好評を頂くことができました。時間の関係上、運動の実践時間が短く、物足りなさを感じた方もおられました。次年度の肝臓病教室でも運動療法をテーマにした勉強会を計画しておりますので、ご興味のある方は是非お誘いあわせの上ご参加ください。今回、開催場所が通常と異なる場所だったこともあり、分かりにくかったとご意見を頂きました。次回からは案内標識を分かりやすい物に変更させていただきます。貴重なご意見ありがとうございました。一方で、多くの方に講義に関心を持ってご参加頂き、ご理解・ご満足頂くことが出来ました。参加された皆様、アンケート調査にご協力頂きありがとうございました。



次回の肝臓病教室【現地開催】

日時：2025年5月頃 15：00～16：00

（詳細の日程は後日HP上でお知らせします）

