

参加費無料

湘南鎌倉総合病院 予防医学センター 市民公開講座2025

未病改善へのいざない

2025

7.12 土

開演 13:00

(12:15開場／17:00終了)

16:20～ 予防医学センター見学会

事前予約制
(裏面よりお申込)

会場参加は
先着100名

講演資料・
オリジナル
エコバッグ
進呈

湘南鎌倉総合病院
先端医療センター(D棟)4階

- | | | | |
|-------|--------------|----------------|-------|
| 13:00 | オープニングリマークス | 予防医学センター センター長 | 中島 留美 |
| 13:05 | 予防医学センター施設紹介 | 予防医学センター 事務次長 | 関根 聡 |
| 13:20 | 未病改善のための保健指導 | 予防医学センター 保健師 | 廣杉 天音 |

Zoom配信
同時開催
※詳しくは裏面へ

13:40
～
14:30

講演

「運動こそが未病改善の原点である ～Exercise is Medicine～」

予防医学センター センター長 中島 留美



休憩

握力測定会

15:00
～
16:00

特別講演

「人生のパフォーマンスを上げる 睡眠研究の最前線」

筑波大学 国際統合睡眠医科学研究機構

機構長・教授 柳沢 正史 先生



16:00 InSomnograf® (睡眠時の脳波を測定してAI解析する睡眠計測サービス) の紹介

16:15 クロージングリマークス 湘南鎌倉総合病院 院長 小林 修三

16:20～17:00 予防医学センター見学会

人間ドックの
歴史と由来

80年以上前に日本で産声をあげた人間ドックを最初に組織的に行ったのは、1954年(昭和29年)7月12日、国立東京第一病院(現在の国立国際医療研究センター)といわれています。次いで聖路加国際病院など全国の病院や施設で人間ドックが創設されました。ちなみに「ドック」は病院という意味の俗語もあるようですが、一般的には船を点検・修理するためのドック(dock)に由来するといわれています。船が長い航海のあと点検・修理のためにドックに入るように、人間も定期的にドックに入る必要がある、という考えから生まれた言葉と思われます。日本人間ドック・予防医療学会HPより



会場での
ご参加

会場 湘南鎌倉総合病院 先端医療センター(D棟)4階

〒247-8533 神奈川県鎌倉市岡本1370番1

以下のURLより
お申込みください。



<https://forms.gle/AYAAo447ZLjjUf6RA>



ご自宅での
ご参加

Zoomで同時配信を行います

以下のURLまたは
当院ホームページ トップ画面右上にある
「Web公開医学講座お申込み」よりお申込みください。



https://skgh-jp.zoom.us/webinar/register/WN_sgwH9FVbQECAID8BmKIYbg



【湘南鎌倉総合病院 ↔ 大船駅西口行き】シャトルバス

当日はシャトルバス（無料）を
運行しますので、ご利用ください。

時	大船駅西口	湘南鎌倉総合病院行き
11	10 25 35 50	
12	00 15 25 40 55	

時	湘南鎌倉総合病院	大船駅西口行き
16	先端医療センター D棟玄関	30 45

大船駅西口
シャトルバス乗り場

①



南改札を出て右に進む

②



右に進む（一番奥）

③



エレベーターで降りる

④



シャトルバス乗り場(目安)

主催・お問い合わせ