

お申し込みは裏面にて▶

zoomウェビナー

参加費無料

事前登録制

定員:3000名

オンデマンド放送2週間
7月26日～8月6日

埼玉県 こころの健康市民公開講座

お酒の飲み方、総点検

～心と体の健康を目指してみんなで考えよう!～



配信日時

2022年

7月24日[日] 13:30～15:10

13:30～13:35

総司会

埼玉県立精神医療センター 副院長

成瀬 暢也 先生

13:35～14:05
講演①

困っていませんか?
あなたの周りの飲酒問題

演者

医療法人秀山会 白峰クリニック 副院長
関東甲信越アルコール関連問題学会 理事
日本公認心理師協会 アディクション臨床委員会委員

河西 有奈 先生



14:05～14:45
講演②

お酒の飲み方、総点検
～飲み過ぎから依存症まで～

演者

筑波大学 医学医療系地域総合診療医学 准教授
アルコール関連問題基本法推進ネットワーク 副代表
日本プライマリ・ケア連合学会 理事

吉本 尚 先生



14:45～15:05
ディスカッション

みんなで考えよう! 飲酒問題

成瀬 暢也 先生 河西 有奈 先生 吉本 尚 先生

15:05～15:10
おしらせ

行政の取組みと相談先等

埼玉県 保健医療部 疾病対策課 精神保健担当

共催: 埼玉県、さいたま市、大塚製薬株式会社 メディカル・アフェアーズ部

後援: 埼玉県医師会、埼玉県精神科病院協会、埼玉精神神経科診療所協会、埼玉県精神保健福祉士協会、埼玉県精神保健福祉協会、日本公認心理師協会、埼玉県公認心理師協会、日本臨床心理士会、埼玉県看護協会、日本精神科看護協会埼玉県支部、埼玉県作業療法士会、埼玉県断酒新生会、埼玉産業保健総合支援センター、埼玉県小売酒販組合連合会

【本講演会に関する問い合わせ】埼玉県 こころの健康市民公開講座事務局 ikeda@plan-sms.co.jp

本講演会は事前登録制のWEB講演会です。パソコン・タブレット・スマートフォンから視聴できます。下記URLまたはQRコードから事前申し込みを受け付けますと、登録いただきましたメールアドレスに視聴用のご案内メールを送信いたします。当日はメール内の「ウェビナーに参加」をクリックしログインしてください。13:15より接続可能です。

当日視聴のお申し込み

下記URL、またはQRコードからお申し込みください

https://us06web.zoom.us/webinar/register/WN_LfQOAFAtTqOgND5OO4ih6A



オンデマンド放送は下記URLまたはQRコードから登録WEBページを開いて下さい。必要事項を入力のうち、送信ボタンを押すと視聴WEBページで視聴できます。

オンデマンド視聴 7月26日～8月6日

下記URL、またはQRコードからエントリーできます

<https://reg31.smp.ne.jp/regist/is?SMPFORM=obnd-lfmjsb-1332d93421560b5bf8a5c68104805a3d>



【ご視聴に関する注意事項】 視聴に関する通信料はご本人様の負担となります。お申込みいただきましたメールアドレスに視聴用のURLを送信いたします。『迷惑メール設定』、『受信拒否設定』、『指定ドメイン受信設定』などの設定内容を確認頂き、当方(no-reply@zoom.us)からのメールが受信できるように設定をお願いいたします。視聴の際は通信環境が良好な場所で視聴願います。

開催趣旨

飲酒はコミュニケーションを円滑にしたりストレスを緩和するなどのメリットがありますが、心身の不調の原因になりうるというデメリットもあります。その影響はご本人だけでなく、ご家族などの周囲の人に及ぶこともあります。埼玉県ではアルコール健康障害対策を推進し、普及啓発や予防に努めています。この市民公開講座では、正しい知識を身に付けると同時に、あらためて身の回りの様々な飲酒関連問題について考えるために、2つの講演とディスカッションをWEB配信致します。みなでお酒との付き合い方について考えてみましょう。

講演1

飲酒問題は早めに気付いて対処することにより、アルコール依存症など深刻な問題に至るのを防ぐことができます。しかし現実的には飲酒問題は気付かれにくく、気付いていても相談したり医療機関で受診することを高いハードルと感じる方が少なくありません。本会では、医療機関に実際に来られている方、特に就労者、女性、高齢者などの事例を挙げながら、飲酒問題の気付きに繋がる初期症状等の情報に触れていきます。また、社会問題や家族問題、こころの問題など、どのようなお困りごとが多いのか?断酒/減酒などどのような治療を受け、どのように回復していくのか?などについてもお話したいと思います。

講演2

努力しなくて幸せに生きられるなら、なるべく長く健康的でいたい。そんな風に思う方が多いのではないのでしょうか。でも面倒くさい、辛いのは嫌というのも本音の一つでしょう。私達は診断名によらず、本人に適した飲酒量の目標を共に考え、共に目指すという考え方の元、「アルコール低減外来」を内科で展開してきました。アルコールとうまくお付き合いするために、定期的に飲み方を見直すという考え方を、実際に外来に相談に来られた方の実体験や自分自身でアルコール量を見直すコツ、困ったらどこにどうやって相談したら良いかなど、話をしたいと思います。



埼玉県 アルコール健康障害対策
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0705/seisin/alcohol-taisaku.html>



大塚製薬 お酒の飲み方チェック
<https://gen-shu.jp/risks-associated-with-alcohol/audit/>



さいたま市 依存症に関する相談
<https://www.city.saitama.jp/002/001/016/001/p086679.html>



【個人情報の取扱いについて】お預かりした個人情報やアンケート入力情報は、本講演会の開催通知や今後の企画立案等のために使用いたします。共催者ならびに業務委託先を除く第三者に提供することはありません。個人情報は「埼玉県 こころの健康市民公開講座事務局」が安全かつ適切に管理致します。

管理者:「埼玉県 こころの健康市民公開講座事務局」 ikeda@plan-sms.co.jp

【当日の視聴不具合のお問い合わせ】

株式会社mixwell ☎03-5213-4887 (当日のみ) 当日の問い合わせ受付時間:LIVE配信60分前～終了時