



# おれんじ通信 第30号

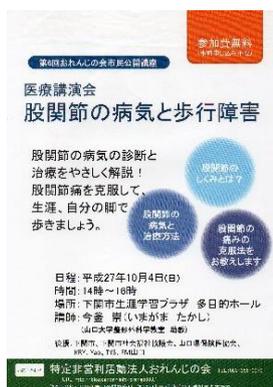
2015.10.27発行

NPO法人おれんじの会（山口県特発性大腿骨頭壊死症友の会）会報

## 第6回 NPO 法人おれんじの会市民公開講座 報告

平成27年10月4日（日）、下関市生涯学習プラザにて、第6回 NPO 法人おれんじの会市民公開講座

「股関節の病気と歩行障害」が開催されました。



講師の今釜先生はきれいなスライドを上映しながら、ユーモアを交えて解りやすくお話ししてくださ

いました。「関節軟骨の滑りやすさはアイススケートの10倍くらいです」、など。内容は、股関節の仕組

み、主な病気＝変形性股関節症、関節リウマチ、FAI、大腿骨頭壊死症の病状と治療についてのお話して

した。(FAI=femoro acetabular impingement)



講師の今釜 崇先生



(注) Femoro acetabular impingement とは、股関節の縁のところ骨のどっぴりがある人が深く股関節を曲げると、骨と骨の間に関節唇と呼ばれる軟骨部分が挟まれて傷んでしまうという障害で、スポーツをする人に多くみられます。

どの病気でも、**治療の基本は関節の動きを良くするストレッチと筋力訓練**とのことでした。

今話題のロコモティブシンドローム=ロコモについて、会場の皆さんに配布したパンフレットも見ても  
らいながら、「要介護になる最大の原因です、ロコモのチェックに一つでも当てはまったら、すぐに体を  
メンテナンスして、病気が特になければ運動を始めましょう」と注意を喚起されました。

医療講演の後は、質疑応答の時間です。股関節の病気に関する相談や、「骨折後に、骨は治ったのに歩  
きにくなかった原因は?」「人工股関節の手術後、手術した側を下にしてもよいのはいつからでしょ  
うか?」など、様々な会場からの質問に丁寧に答えていただきました。

**要約筆記下関**の皆様の協力で、**講演の内容はリアルタイムで字幕表示**されました。聞こえにくい方に  
は有用で、そうでなくても医学用語は耳で聞いてもどういう表記なのかピンとこないことも多いので役  
だったのではないかと思います。

ボランティアさんとシルバー人材センターのスタッフの皆様のおかげで無事、終了いたしました。来  
年も開催しますので、今年参加いただけなかった方々は是非、おいでください。

【会員の皆様へ】 年会費の納入がまだの方は振込をよろしく願いいたします。(療養中の方、お仕事を  
しておられない方は、原則として免除となっております。)

ゆうちょ銀行 記号 15540 番号 30424441 名義 おれんじの会

他行からの振り込みは 店名 五五八 普通預金 口座番号 3042444

本年度も多数、賛助会費・寄付をいただきました。ご協力ありがとうございました。紙面を借りてお礼申し上げます。