

第46回 日本肥満学会 第43回 日本肥満症治療学会学術集会 合同学会

市民公開講座

肥満症って何？ 効果的な治療法はあるの？

病院に相談するような
ことかな？

外出するのも
つらくて



肥満について、いろんな悩みを抱えていますか？



運動が
続かなくて

自己流の
ダイエットでは
うまくいなくて

この市民講座では、肥満症治療の最前線に立つ専門家チームが、あなたの疑問に答えます。
日本肥満症予防協会会長が解説する「肥満と肥満症の違い」、管理栄養士による無理なく続く食事のコツ、
スポーツ健康科学教授が教える効果的な運動療法、薬剤師からの薬との正しい付き合い方、
そして外科医が紹介する減量代謝改善手術という選択肢まで。
食事療法、運動療法、行動療法、薬物療法、外科治療といったあらゆるアプローチを一度に知ること、
ご自身に合った解決策がきっと見つかります。

**申込不要！
参加費無料！**
お気軽にご参加ください

日時 2025年10月5日(日) 15:05~17:05 (14:30開場)

会場 岡山コンベンションセンター 2F レセプションホール

〒700-0024 岡山市北区駅元町 14-1

■ お問い合わせ ■

第46回 日本肥満学会 第43回 日本肥満症治療学会学術集会 合同学会市民公開講座 運営事務局 (株式会社九電ビジネスフロント)
〒810-0001 福岡市中央区天神 2丁目 12-1 天神ビル 4F

TEL 092-401-5755 **FAX** 050-3488-2692 **E-mail** info@jasso46-jsto43.com

HP <https://jasso46-jsto43.com> (※平日 10:00 ~ 17:00)

主催：第46回 日本肥満学会 第43回 日本肥満症治療学会学術集会 合同学会 共催：西日本肥満対策コンソーシアム 日本肥満症予防協会

市民公開講座

肥満症って何？ 効果的な治療法はあるの？

司会 田尻 祐司（福岡輝栄会病院 糖尿病・肥満症センター）



宮崎 滋 先生
結核予防会
総合健診推進センター

肥満症の概念・メカニズム

「肥満と肥満症の違い、及び肥満スティグマの解消」

肥満であれば病気とは限りません。肥満の人に糖尿病や高血圧などがあれば肥満症で、その原因の内臓脂肪を減らす指導・治療を行います。また、肥満の人に対する偏見・差別（スティグマ）をなくす努力が必要です。



食事療法

「肥満症予防と改善のための食事の工夫」

肥満症改善には食事療法の実践と継続が大切です。本講演では「何をいつどう食べる？」を手がかりに、食生活のポイントをご紹介します。



高橋 絢子 先生
岡山大学病院 臨床栄養部



石井 好二郎 先生
同志社大学

運動療法

「たいがい思よーる運動は効かんのじゃ」

運動療法は肥満関連疾患に対して有効性が認められています。しかし、肥満の方が運動・身体活動量が多く、仕事上の身体活動は健康に貢献しないとの報告もあります。自分の意思による運動が効果を上げます。



薬物療法

「肥満症治療の手助けとなる薬物療法について」

肥満症治療では、食事・運動療法に加え、薬剤による減量も選択肢の一つです。各薬剤の特徴だけでなく薬剤との正しい付き合い方などについて概説します。



有木 沙織 先生
岡山大学病院 薬剤部



香川 俊輔 先生
岡山大学病院 腫瘍センター

肥満症の手術療法

「健康を取り戻すための選択肢」

あまり知られていないですが、肥満症を治療するために胃を小さくするという外科手術があります。どういう患者さんにどのような手術を行うのか、外科医の立場からわかりやすく解説します。

