

西宮市
R8年度

COPD講演会

～その息切れや咳、痰を見逃さないで！～

COPDとは慢性閉塞性肺疾患のことで、慢性気管支炎や肺気腫といった病気の総称です。

喫煙している方、過去に喫煙歴がある方で痰がよく出る、息切れするといった症状はありませんか？

それはCOPDによるものかもしれません。

この機会にCOPDについて正しく知り、予防しませんか？

参加
無料

完全
予約制

日時

令和8年

11月11日 水

13:30～15:00(受付13:00～)

定員 50名

講師

兵庫医科大学病院 呼吸器内科

ねぎ 柅木 芳樹 医師



場所

西宮市池田庁舎1階 講堂

〒662-0911 西宮市池田町8-11

- JR西宮駅を南に出て、南西へ向かって徒歩5分
- 阪神西宮駅市役所出口を北に出て、北東へ向かって徒歩10分
- 駐車場はありませんのでご注意ください

肺年齢測定ができます！

講演の開始前にハイ・チェッカーによる肺年齢測定ができます(予約不要・当日先着順)。

※肺年齢測定の希望者が多い場合は一部、講演終了後に実施します。

※肺年齢測定だけのご参加はできません。



申込み

①②いずれかでお申込み下さい。

①インターネット 24時間受付可

スマートフォン▶右側の二次元コードを読みとり、申込みフォームへ

パソコン▶西宮市ホームページから「COPD講演会」またはページ番号「73382930」を検索

②電話(平日 9:00～17:00) TEL:0798-26-3667



お問い合わせ先

西宮市保健所 健康増進課 健康づくりチーム ☎0798-26-3667

◆環境再生保全機構は、西宮市が実施する「COPD講演会」をサポートしています。



ぜん息に関する心配ごとや悩みごとは「ぜん息電話相談室」まで
専門医・看護師が対応いたします。

独立行政法人 環境再生保全機構 <https://www.erca.go.jp/yobou/>

〒212-8554 川崎市幸区大宮町1310番 ミューザ川崎セントラルタワー8F
TEL.044-520-9572 FAX.044-520-2134 法人番号8020005008491



0120-598-014

受付曜日・時間 月～土曜日(祝日を除く) 10:00～17:00



大気環境・ぜん息などの情報館 検索

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは

呼吸機能が低下していく進行性の肺の病気です。

主な原因はたばこ(患者の90%が喫煙者)で、

「肺の生活習慣病」とも言われています。

日本における潜在患者数は530万人と推計されていますが、

治療を受けている人は38.2万人と非常に少ないです。

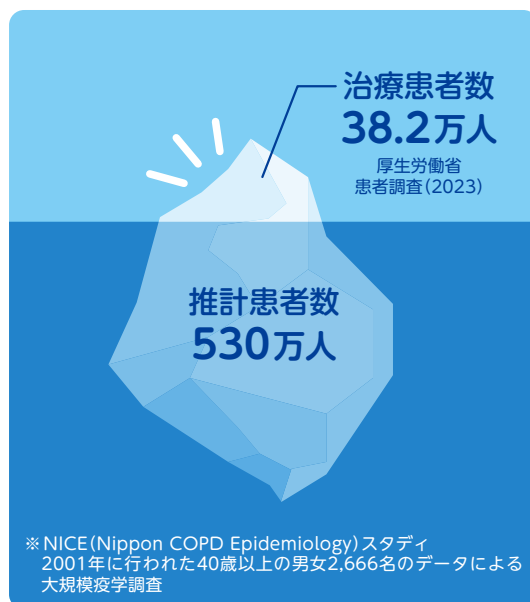
重症化すると少し動くだけでも息切れがする等、

生活に影響が出てきます。

重症化を防ぐためには、禁煙やCOPDの症状(息切れ、

続く咳や痰など)に早く気付いて、対処することが

とても大切です。



卒煙を考えてみませんか？

卒煙のメリット

- 自分も周囲も病気のリスクが下がる
- タバコ代の節約でお金がたまる
- 味覚と嗅覚が回復して食べ物が美味しくなる
- 肌がきれいになり、口臭がなくなる

卒煙の方法

方法は一つではありません。

自力で取り組む以外に、

禁煙外来や禁煙補助薬(ニコチンガム・ニコチンパッチ)を

活用する方法があります。

禁煙外来での治療は公的医療保険が適応される場合もあります。

卒煙は上手いかわからなくても、何度でもチャレンジできます。

まずは気軽な気持ちでトライしてみませんか？

禁煙治療などの情報を
掲載しています。
ホームページもご覧ください。



禁煙を考えて
いる方へ
(西宮市ホームページ)



西宮市
食育・健康づくり
マスコット
みやちゃん

第3次西宮市健康増進・食育推進計画を策定しました

誰もが健康でいきいきと暮らせる西宮

～健やかなからだと豊かなこころを育めるまち～

の実現を目指し、健康づくり・食育を推進していきます。

