



令和8年度 京都市立病院

市民公開講座

参加
無料

第3回

《テーマ》

夜中に何度もトイレ、、、それ、年のせいだけではありません

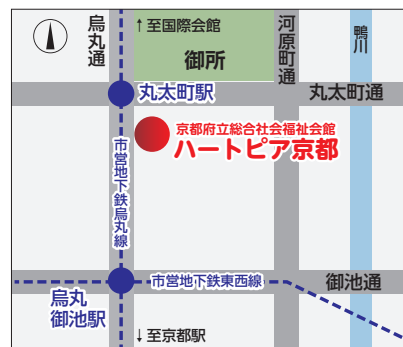
高齢化を迎え、健康寿命を延ばすことが重要な課題です。夜間のおしっこも生活の質を下げ、さらには睡眠不足や動脈硬化などのリスクをあげるとも言われます。加齢のせいだと諦めるのはもったいない。おしっこのしくみや習慣を知れば、個別の指導や治療によって改善が見込めます。家で簡単にできるセルフチェックから専門的な治療まで、分かりやすく説明いたします。興味のある方は、ぜひお越しください。

講師 泌尿器科 副部長 堤 尚史



▶日時 令和8年 **9月12日(土)**
午前 10:00～11:00

▶会場 京都府立総合社会福祉会館
ハートピア京都 3階大会議室
(地下鉄烏丸線「丸太町駅」5番出口直結)
京都市中京区竹屋町通烏丸東入清水町375



先着100名/申込不要 (先着100名に達し次第、入場を制限しますので、お早めにお越し下さい。)

講演終了後、質疑応答の時間を10分程度設けております。
日ごろの体調について気になっていることなどがある方は、ぜひお越しください。

感染症対策の実施について ご来場の際は、マスクの着用及び手指消毒、検温等にご協力をお願いいたします。
また、当日体調のすぐれない方のご来場はご遠慮ください。

※過去の講演は公式 YouTube チャンネルにて順次公開予定です。

YouTube 公式 YouTube チャンネル
<https://www.youtube.com/@KCHorg1>



当日の注意事項
会場内での動画や写真撮影
はご遠慮ください。



《令和8年度京都市立病院ミニ市民公開講座》

- | | | |
|-----|-----------------|-------------------------------------|
| 第1回 | 令和8年 5月 9日(土) | 「人生100年時代を元気に歩くー変形性関節症と骨粗鬆症の予防と治療ー」 |
| 第2回 | 令和8年 7月 11日(土) | 「関節リウマチってどんな病気?～基礎知識から最新情報まで～」 |
| 第3回 | 令和8年 9月 12日(土) | 「夜中に何度もトイレ、、、それ、年のせいだけではありません」 |
| 第4回 | 令和8年 11月 14日(土) | 「増加する大腸癌に対する低侵襲手術」 |
| 第5回 | 令和9年 1月 9日(土) | 「どう生きる?自分の人生」 |

問い合わせ 京都市立病院ホームページ

TEL: 075-311-5311 (代) / FAX: 075-321-6025 (代)

<https://www.kch-org.jp/>

