

健康出前講座メニュー



地域の皆様が医療・福祉・健康等で関心や興味のある演題をお聴きになりたい場合に、当院の医師・看護師をはじめとした職員が、地域の会場に出張して分かり易く内容をご説明させていただきます。以下の講座メニューよりテーマを選んで事前にお申し込み下さい。



区分	No.	演題	担当講師
生活習慣病	1	メタボリック症候群について	高橋医師
	2	メタボリックシンドロームについて	内科系病棟看護師
	3	糖尿病の食事と検査	管理栄養士
	4	糖尿病の日常生活と運動	糖尿病療養指導士
	5	インスリンと内服薬	薬剤師
	6	動脈硬化の検査について	検査技師
	7	高脂血症について	高橋医師
	8	不整脈について	高橋医師
	9	心不全の話	高橋医師
	10	高血圧の話	高橋医師
	11	高血圧の食事	内科系病棟看護師・管理栄養士
	12	高血圧の薬と日常生活	内科系病棟看護師・管理栄養士
	13	腎臓病について	小松医師

生活習慣病とは高血圧、糖尿病、高コレステロール血症など、10前後の病気の総称です。初期には自覚症状はほとんどありません。しかし、放置すると重篤な病気を引き起こしてしまいます。生活習慣病を知って頂き、生活改善・食事について予防のポイントをわかりやすくお話します。

胃・大腸の検査	14	胃カメラ・大腸カメラの話	内視鏡室
	15	胃ろう造設について	内視鏡室

・胃カメラ、大腸カメラの目的や方法など早期発見の必要性等をご説明します。

・胃瘻(PEG、ペグ)の管理(ケア)について、主に家庭や施設で胃瘻からの栄養剤注入を行っている方を対象にわかりやすくお話します。共に学び、より安全で患者様にとって安楽な胃瘻管理を目指しましょう。

区分	No.	演題	担当講師
こどもの病気	16	こどもの成長障害	中司院長
	17	こどもの気管支ぜんそく	中司院長
	18	子供の生活習慣病	中司院長
	19	流行中のこどもの感染症について	中司院長
	20	こどもの予防接種の最新情報	中司院長
	21	こどもの急病の対処法	中司院長
	22	小児の予防接種のお話	小児科外来看護師
	23	小児一次救急	小児病棟看護師

子供の急な発熱、嘔吐、腹痛、けいれん等が起こった時の対処法や子供の生活習慣病についてわかりやすくお話しします。また、子供たちを病気から守る予防接種の基礎知識から最新事情までご説明します。小児の突発的な事故への対応について、小児科病棟の看護師よりお話しします。

癌のおはなし	24	消化器がんについて	荒木副院長
	25	乳がんについて	荒木副院長
	26	増えて来ている前立腺がん	上領医師（特別顧問）
	27	泌尿器科のがん	小松医師
	28	子宮がんについて	岡田副院長
	29	X線撮影による乳がん検診について	放射線技師

「がん」は早期発見、早期治療を行うことで克服することができる病気です。正しい知識を持つことが大切です。講座では各科の専門医師が“予防”“早期発見”“治療”についてくわしくお話しします。
(消化器がん・乳がん・泌尿器科のがん・子宮がん)

お腹の痛み	30	胆石について	荒木副院長
-------	----	--------	-------

お腹の痛みの中には胆石症(胆のう結石症)があります。胆石症はどのような症状があり、治療・手術にはどのような方法があるか、また予防についてもお話しします。



区 分	No.	演 題	担当講師
骨や筋肉の痛み	31	手のしびれ	橋口医師
	32	膝の痛み	橋口医師
	33	股関節の痛み	橋口医師
	34	肩の痛み	橋口医師
	35	転倒予防について	リハビリテーション療法士

膝、肩、腰等の痛みの原因・治療・予防についてわかりやすくお話します。痛みの解消と予防につながるような運動、自宅で出来る簡単な体操などもご紹介します。
高齢者の骨折の原因の多くは転倒によるものです。転倒を防ぐ為の運動や住宅内の危険個所などについて実技を交えてお話します。

脳のおはなし	36	脳卒中について	長次医師
	37	脳卒中の予防について	長次医師

寝たきりの原因の多くは脳卒中(脳梗塞・脳出血など)が占めています。それを防ぐためには、正しい知識を持って予防すること、有効な治療を迅速に受けることが重要です。脳卒中の症状、予防、治療についてくわしくお話します。

排尿のトラブル	38	頻尿に関する話	上領医師(特別顧問)
	39	過活動膀胱の知識	上領医師(特別顧問)
	40	高齢者と勃起不全	上領医師(特別顧問)
	41	血尿を認めたら	小松医師
	42	前立腺肥大症	小松医師

排尿に関する症状は多種多様で、その中には重大な病気が隠れていることもあります。その原因、治療についてわかりやすくご説明します。

腎臓の病気	43	腎臓病と透析療法	小松医師
-------	----	----------	------

腎臓の機能と病気について、また腎臓が悪くなった場合の治療法についてわかりやすくお話します。

尿路結石	44	尿路結石と食事療法	上領医師(特別顧問)
------	----	-----------	------------

尿路結石の原因・病態・治療、また尿路結石になりにくい食事療法についてわかりやすくお話します。

区 分	No.	演 題	担当講師
女性特有の病気	45	更年期障害について	岡田副院長
	46	更年期の話	婦人科外来看護師
	47	子宮筋腫について	岡田副院長
	48	すこやかな月経のために(月経について)	岡田副院長
	49	HPVワクチンについて	岡田副院長

女性が健やかに暮らせる社会作りを目指し、更年期障害、月経困難症、子宮癌等、女性特有の病気についてわかりやすくお話しします。

妊娠・育児のおはなし	50	母親学級	助産師
	51	楽しい育児	助産師

- ・母親学級
妊娠中から出産までの過ごし方について助産師がお話しします。
- ・楽しい育児
新生児期から新児期までの育児について助産師がお話しします。



【 性教育 】

区 分	No.	演 題	担当講師
明るい性教育	52	性教育について	岡田副院長
	53	思春期の性教育	助産師

小学生から高校生とその保護者の方、教職員を対象に、性の健康教育について医師と助産師がわかりやすくお話しします。



区 分	No.	演 題	担当講師
介護教室	54	食事介助と口腔ケア	介護福祉士
	55	オムツ交換と更衣	
	56	床ずれ予防とシーツ交換	
	57	安全な介助方法	リハビリテーション療法士

「無理な介助を行うと、介助される方・介助する方にも危険を伴うだけでなく、体を痛めてしまうこともあります」

- ・食事の介助方法とその後の口腔ケア、オムツ交換と寝衣等の着替え方法、床ずれの予防方法とシーツ交換について安全に無理なく出来る方法を実技を交えてわかりやすくご説明します。
- ・歩行する際の介助、車椅子への乗り移りの介助、車椅子の操作などについて講義と実技を通して、安全で身体に負担の少ない方法をお伝えします。

教えて！病院のお仕事	58	看護師編	看護師
	59	管理栄養士編	管理栄養士
	60	検査技師編	検査技師
	61	放射線技師編	放射線技師
	62	理学・作業・言語各療法士編	リハビリテーション療法士
	63	薬剤師編	薬剤師
	64	臨床工学技士編	臨床工学技士

病院の仕事は様々な職種があります。各部署の担当者が仕事の内容や取り組みについてご紹介します。



区 分	No.	演 題	担当講師
その他	65	マムシ咬傷時の応急処置	外科系病棟看護師
	66	救命救急(BLS)について	医師・看護師
	67	認知症の対応について	認知症ケア専門士
	68	家庭でできる感染対策	感染防止委員会
	69	薬の種類と飲み方、使い方について	薬剤師
	70	医療保険制度について(入院費 医療費のしくみについて)	医療ソーシャルワーカー
	71	介護保険制度について	医療ソーシャルワーカー

・マムシ咬傷時の応急処置

マムシ咬傷事故は6月から9月に多く、ショックや意識障害を起こす危険性もあります。山歩きや農作業でマムシに咬まれた時、どうすればよいかお話しします。正しい知識を身につけておきましょう。

・救命救急(BLS)について

救命措置としての心肺蘇生法(心マッサージ)とAEDの使用方法を講義と実践を交えて丁寧にお伝えします。

・認知症の対応について

認知症は脳の病気です。そのため、脳の病気について正しく理解することが大切です。認知症の症状や行動に対して、家族介護者の接し方や対応についてわかりやすくお話しします。

・家庭でできる感染対策

感染症は細菌・ウイルス等が、物や人・食品を介して人から人に伝わることにより広がります。感染症に対して有効な予防法は「手洗い」です。正しい手洗い方法・感染防止のポイントなどをご説明します。

・薬の種類と飲み方、使い方について

薬には内服薬、外用薬、注射薬など様々あります。薬を安全に使うために、正しい飲み方や使い方を中心にご説明します。

・医療保険制度、介護保険制度について

病気により治療が必要となった場合や、介護が必要となった場合の利用できる制度・サービスについて医療ソーシャルワーカーが医療保険制度や介護保険制度を中心にをご紹介します。