

出前健康講座メニュー 2022年度

No	講座テーマ	詳細	主な担当	必要資材、備考	担当部署	主な担当者	変更点
①運動	転倒予防と骨折について 予防体操（ボール、セラバンド体操）	転倒の特徴、環境、骨折との関係などの話。メインとしては転倒を予防する体操（ボールとセラバンドなども使った体操の実践）を行います。	理学療法士または作業療法士（ボール、セラバンド各人数分）	<30分>	リハビリ	山内英史	
	認知症予防について（予防体操）	認知症の簡単自己チェック、知識、日常の予防ポイントなど。メインとしては予防体操を行います。	理学療法士または作業療法士(体操担当) 認知症チーム(話担当)		リハビリ 健康慢性委員会 認知症チーム	山内英史 (藤代幸子)	
②栄養 食事 口腔	成長期の栄養～スポーツとのかわり～ 対象：小学高学年、中学生と保護者	成長期におけるスポーツ時の栄養の取り方と注意点などお話しします。	管理栄養士		栄養	鴛谷くに子	
	食事摂取、誤嚥予防について	誤嚥を予防する食事摂取方法、栄養補助食品の紹介	NST委員会(看護師、管理栄養士、作業療法士等)		病棟 NST委員会	井藤かおり (白田絵里菜)	
	*各病気に合わせた食事の話 (糖尿病・腎臓病・骨粗しょう症、低栄養など)	クイズなどの織り交ぜながら、食事のポイントなどのお話をします。	管理栄養士	必要資材はテーマによって異なる。	栄養	鴛谷くに子	
	お口の健康について ～口腔機能低下ストップ作戦～	口腔機能低下を防ぐために日常生活で気を付けることについてのお話、体操、制度の紹介	言語聴覚士 保健師(必要時協力)		リハビリ	白田絵里菜	
③在宅 介護	誰しもが訪れる終わりへの備え ～訪問診療と看取り等～	在宅での看取りについて自宅で最期まで療養するための準備やサービスの実際をお話します。	医師、介護支援専門員、訪問看護師	石徹白での講演のように、在宅や訪問看護と 合同で(60分)	医局 在宅	伊左次悟 上村 寿枝	
	在宅生活応援します！	在宅で安心してらせるために、訪問看護ステーション、デイケアなどの実践例を紹介します。	訪問看護、デイケアスタッフ	(利用への敷居を低くする)	訪問 デイケア	鷺見みづほ 羽田野浩太	
	認知症について～身近な認知症の方への対応～	認知症について、対応方法、小劇場、予防体操、困ったときの対応	認知症委員会(医師、看護師、リハビリスタッフ) 介護支援専門員等	伊左次医師(60分)	健康慢性委員会 認知症チーム	藤代幸子	
	腰痛を起こさない介護方法	移乗や寝返り動作の介助やオムツ換え時の注意点などの実践	リハビリスタッフと介護職員		デイケア	羽田野浩太	
	尿もれについて～予防から介護まで～	予防体操をしたり、パッド、紙おむつの選び方などお話しします。	オムツフィッター取得した看護師など	(60分)	外来	尾藤美由紀	
④薬	薬に関するお話し	薬一般あるいは各病気ごと	薬剤師		薬局	上村克也	
⑤病気 の予 防、 検査	腎臓の働きについて	腎臓の構造・尿のなりたち	透析室看護師等		外来	尾藤美由紀	
	最近気になる血糖のお話	食後高血糖の話を中心に行います。自分で血糖値を測る方法もお話します。	検査技師	プロジェクター、血糖測定器、(60分)	検査	三島一巳	
	避難所でもおこるエコノミー症候群の話と血栓について	災害の多い日本、避難所でおこるエコノミー症候群と血栓の話	検査技師	プロジェクター	検査	三島一巳	
	超音波検査でわかること	臓器別に、たとえば肝胆膵 心臓 血管、表在 等	放射線技師	プロジェクター ポータブルエコー機	放射線	上村真	
	胃直接撮影検査（バリウム）の受け方のコツ	バリウムの飲み方、発泡剤の飲み方、体位変換の仕方、胃の症例を提示	放射線技師	プロジェクター	放射線	上村真	
	胃内視鏡検査（カメラ）の受け方のコツ	経口麻酔の薬・経鼻用のカメラについて	内視鏡検査看護師		外来	尾藤美由紀	
	骨粗しょう症、ロコモの予防	骨粗しょう症、ロコモティブシンドロームのお話と予防について	骨チーム	プロジェクター	健康慢性委員会 骨・ロコモチーム	笠野 恵美	
	認知症を認知しよう～認知症の人を認知しよう、認知症の支えを認知しよう～	院長					
	これからも自分らしく暮らすために	院長					
	高齢者の健康のために注意すること、気を付けること	院長					
	子どもたちの心身の健康と体力の向上	生活習慣病増加の中、今から役立つこと、食生活、ジュースのお砂糖チェック	院長、管理栄養士				