

出前講座メニュー

	講座名	講師（当院職員）
1	「がん」のはなし ～日本人男性の3人に1人（女性は2人に1人）はがんを患う時代。早期発見・早期治療の大切さと、もし、がんになった時の上手な付き合い方について解説します～	医師
2	傷のはなし ～切り傷や擦り傷、まずは何をしますか？消毒、絆創膏…正しい処置と早く治すための方法について、わかりやすく解説します～	医師
3	スキンケアのはなし ～お肌のお手入れどうしていますか？目からうろこの肌に関する知識から、正しいスキンケアの方法までお話しします～	看護師
4	正しい薬の飲み方 ～処方されたお薬「食前」「食間」「食後」の正しい意味、ご存知ですか？以前に処方されたお薬、同じ症状なら服用してもいいかな…身近なお薬に関する疑問について、薬剤師がわかりやすく解説します～	薬剤師
5	高齢者のための転倒防止対策 ～高齢になると、筋力や各機能が低下したり、注意力が低下して小さな段差に気づけなかったり、安全な家の中でも転倒する危険が高まります。そんな危険の防止対策についてお話しします～	理学療法士
6	子どもの発熱など、急な病気への対応 ～こどもの急な発熱などの急な病変、休日や夜間は特に心配ですね。まずはどう対応するべきか。病院受診の判断などについても解説します～	医師または看護師
7	思春期講座 ～思春期は突然やってくるわけではありません。大切なときを過ごす中で思春期を迎え、体と心がすばらしく変化し、大人へと成長していきます。思春期を迎える前に親は何ができるのでしょうか？お子さん自身が、「自分っていいな。好きだな。」と自分の心も体も受け止めて成長していけるようになるために、一緒に考えてみませんか～	助産師
8	感染予防対策 ～季節により大流行する様々な感染症。その知識と感染予防対策の基本（手洗い、マスクなど）について解説します～	看護師
9	医療費と福祉制度のはなし ～病気やケガで入院になったとき、お金の心配は有りませんか。そんなとき活用したい医療費助成制度などについて、分かりやすく解説します～	社会福祉士
10	正しい病院のかかり方 ～病院・診療所の機能分化について解説しながら、「かかりつけ医」をもつことの大切さについてお話しします～	保健師・看護師
11	食事と栄養のはなし ～食の大切さ、言葉では分かっているつもりでも、実践するのは難しいですよ。この講座で食と健康についての認識を新たにしてもらいたいと思います～	管理栄養士
12	妊婦体験（NEW） ～こんなに大変！妊婦の体を体験：おなかがおおくなる妊娠後期は、日常の何気ない作業が大変で不便なことこの上ない。実際、どのくらい大変なのか、妻を、姉を、嫁を理解するためにできるシミュレーションです～	助産師
13	マタニティヨガ（NEW） ～ヨガに大切なのは呼吸です。呼吸に合わせて大きなお腹でも気持ち良く出来るポーズばかりです。そのことで、妊娠中の精神・肉体・呼吸を整え、心と体の安定を目指すプログラムです～	助産師

14	新生児のお世話のしかた (NEW) ～生まれてから4週間を新生児と言います。 すやすや寝ている時にはうれしいけれど、突然になんで泣くの？退院するときいろいろ聞いては来たけれど、家に帰ったら、解らないことがいっぱい！！経験豊富な助産師がお話します～	助産師
----	--	-----

※1 講座あたりの講演時間は45分～1時間程度です。

※メニュー表にないもので、ご希望の内容（生活習慣病に関するもの等）がありましたら、ぜひ一度、ご相談ください。