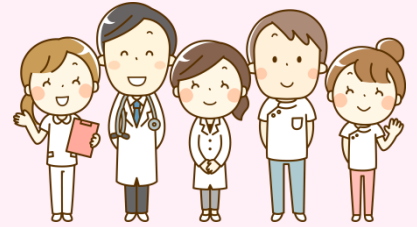


# なでしこ出前健康講座 のご案内

(2022.5.26 更新)



## なでしこ出前健康講座とは・・・

石川県済生会金沢病院では、地域貢献の一貫として、専門の医師、認定看護師、その他医療スタッフによる出前健康講座を行っています。

ご要望に応じて、地域の皆様方のもとへ出向き、無料でお話をさせていただきます。



## ラインナップ

ご要望のテーマに合わせて講師を派遣  
～メディカルスタッフによる健康チェックや各種相談も！～

### 【医師】

- ・病気の予防や治療に関すること（内科（循環器、糖尿病・内分泌、腎臓）、消化器内科、外科、整形外科、泌尿器科、リハビリテーション科）

### 【看護師】

- ・認知症に関すること（認知症看護認定看護師）
- ・緩和治療・ホスピスに関すること（緩和ケア認定看護師）
- ・化学療法に関すること（がん化学療法看護認定看護師）

### 【コメディカル】

- ・お薬に関すること（薬剤師）
- ・食事・栄養に関すること（管理栄養士）
- ・リハビリ・運動に関すること（セラピスト）
- ・予防医療・メンタルヘルスに関すること（保健師）
- ・療養場所に関すること（ソーシャルワーカー）
- ・検査に関すること（放射線技師・検査技師）

### 【フットケア】

フットケア指導士・糖尿病療養指導士を中心としたフットケアチームが、足や爪のチェック、足の保湿、セルフケア指導、履物の相談など、足元から健康をサポートします！

### 【感染対策】

正しい感染対策を、実演を行いながらお伝えします。

- ・感染対策・予防に関すること（感染制御実践看護師）
- ・新型コロナウイルス・ワクチンに関すること（医師・感染制御実践看護師）

詳細は次ページをご覧ください ➡ ➡ ➡



石川県済生会金沢病院



# 講座一覧

講演時間の目安は  
60分～90分です。

| 区分         | No | 講演タイトル                                 | 講演者                               | 備考             |
|------------|----|----------------------------------------|-----------------------------------|----------------|
| 医師         | 1  | がんの予防と早期発見・早期治療のために                    | 副院長 外科 龍澤 泰彦                      |                |
|            | 2  | 「人生会議」について考えてみよう！                      | 副院長 外科 龍澤 泰彦                      |                |
|            | 3  | 手術を中心としたおなかのがんに対する治療                   | 外科 今井 哲也                          |                |
|            | 4  | 食道・胃のがんの予防と早期発見・早期治療                   | 消化器内科 代田 幸博                       |                |
|            | 5  | 大腸がんの早期発見と内視鏡治療                        | 消化器内科 方堂 祐治                       |                |
|            | 6  | 糖尿病について                                | 内科 武田 仁裕                          |                |
|            | 7  | 夜間頻尿 ～原因と対策について～                       | 泌尿器科 石井 健夫                        |                |
|            | 8  | 生き生きと暮らしてづけるために、いまから始めるリハビリ            | リハビリ科 岸谷 都                        | 簡単な体操あり        |
| 看護師        | 9  | わかる いかす 抗がん剤の副作用対策                     | がん化学療法看護認定看護師 浦嶋 ひとみ              |                |
|            | 10 | 緩和ケアについて、看取りのケアについて                    | 緩和ケア認定看護師 齋藤 優生                   |                |
|            | 11 | フレイルについて                               | 認知症看護認定看護師 松田 美紀                  | 簡単な体操あり        |
|            | 12 | 手術にベストな状態で望める方法<br>～健康長寿のために実践したら良いこと～ | 手術看護認定看護師 北川 カズ美                  |                |
|            | 13 | 本当にすごい!! ラジオ体操                         | 1級ラジオ体操指導士 笠谷 亜紀                  | 体操あり           |
| 医療<br>スタッフ | 14 | 知っておきたい薬の知識                            | 薬剤師 森戸 敏志                         |                |
|            | 15 | 「いつのまにか骨折」を防ぐために、骨の強さを調べよう             | 放射線技師 瀧下 健作                       | 骨密度測定 可        |
|            | 16 | 転倒予防について                               | 理学療法士 山川 友和                       | 簡単な体操あり        |
|            | 17 | 食事療法の基本と外食の選び方                         | 管理栄養士 野村 優希                       |                |
|            | 18 | 入退院支援 医療と連携                            | 入退院支援室看護師 武田 愛美<br>ソーシャルワーカー 若杉 彩 |                |
|            | 19 | 療養場所に関すること                             | ソーシャルワーカー 若杉 彩                    |                |
|            | 20 | 脚力チェックとロコモ指導                           | 訪問看護ステーション<br>理学療法士 古矢 泰子         | 簡単な体操あり        |
|            | 21 | 健診結果の見方について                            | 保健師 辰村 弥生                         |                |
|            | 22 | 無料低額診療事業について                           | 事務部 奥名 司夫                         |                |
| チーム        | 23 | 家庭でできるフットケア                            | フットケアチーム                          | フットケアの<br>実演あり |
|            | 24 | 感染対策で新しい生活様式を/<br>新型コロナウイルスとワクチンについて   | 感染対策チーム                           |                |
|            | 25 | 脚力、歩き方、姿勢のチェックと指導について                  | セラピストチーム                          |                |

その他、ご要望の講演がございましたら、お気軽にご相談ください

# 開催の様子



がんの予防と早期発見・早期治療のために  
外科 副院長 龍澤 泰彦



生き生きと暮らしてつづけるために  
いまから始めるリハビリ  
リハビリ科 医師 岸谷 都



転倒予防について  
理学療法士 山川 友和



家庭でできるフットケア  
フットケアチーム



感染対策で新しい生活様式を／  
新型コロナウイルスとワクチンについて

感染対策チーム



フレイルについて  
認知症看護認定看護師 松田 美紀



「いつのまにか骨折」を防ぐために、  
骨の強さを調べよう  
放射線技師 瀧下 健作



健診結果の見方について  
保健師 辰村 弥生



入退院支援 医療と連携  
入退院支援室・ソーシャルワーカー



知っておきたい薬の知識  
薬剤師 森戸 敏志



本当にすごい!! ラジオ体操  
1級ラジオ体操指導士 笠谷 亜紀



脚力チェックとロコモ指導  
訪問看護ステーション

実演で楽しく学べる  
講座もあります



# ご利用について

## ■ご利用場面

地域の皆様が通うサロンや健康教室、勉強会等、様々なシーンでご利用いただけます。  
会場は、公民館や地域の会館、ホール、センター等、公共施設以外でも可能です。  
※会場の手配については、申込者側にてお願いいたします。  
※営利目的でのご利用はできません。

## ■ご利用対象者

金沢市・野々市市・白山市エリアにお住まいの方（その他の地域の方もお相談ください）

## ■参加人数

少人数～大人数まで対応可能です。グループ・団体でお申し込みください。

## ■受講料

講演は無料、講師送迎も無用です。

新型コロナウイルス対策として、  
オンライン（Zoom）での  
講座開催も可能です。

## ■お申し込み方法

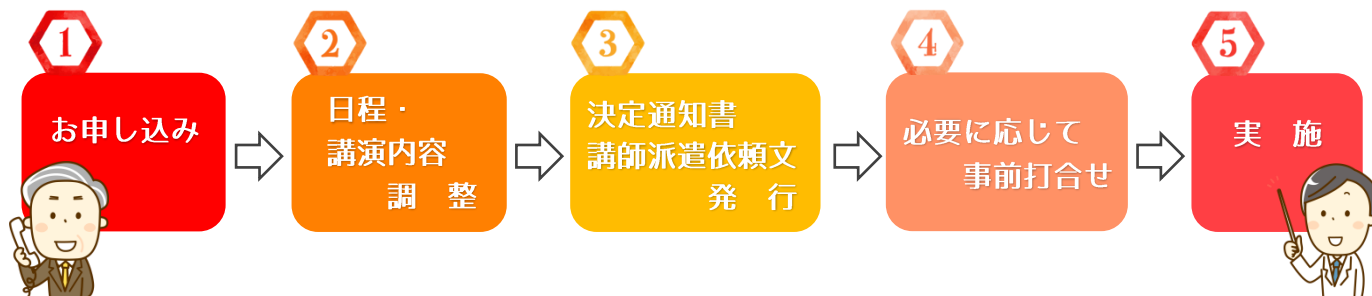
お申し込みは2ヵ月前を目安にお願いいたします。  
申込書をFAX、または電話にて地域連携室までご連絡ください  
申込書・・・ホームページからもダウンロード可能です。  
“出前健康講座申込書 PDF ファイル”（46.6KB）

石川県済生会金沢病院 担当：桜田  
TEL 076-266-1489 FAX 076-266-2990

具体的な内容がわからない場合や、講座一覧に載っていない内容でも、お気軽にご相談ください。年齢層や、男女比等をお聞きしまして、おすすめの講座をご提案いたします。



## 出前講座申込み後の流れ



たくさんのお申し込み、お待ちしております