



5月 参加無料 みんなの健康塾

平成30年度より、旧来の「石心会健康塾」は「一般社団法人みんなの健康」に移管されました。今後も地域住民が病気や医療・介護についての知識を深め、疾病の早期発見・早期治療にお役立ていただけるよう予防医学の啓発に取り組みます。



健康塾の特徴

- 1日2講座 (各30分) 毎日 (月~金) 開催中。
- 講師 医師、開業医、連携病院医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、診療放射線技師、臨床検査技師、リハビリ (OT・PT・ST)、救急救命士、社会福祉士など
- 講師と参加者の距離が近い対話を重視した小規模な勉強会。
- 無料健康相談も連日開催。
- 管理栄養士、調理師による調理実習 (減塩食、糖尿病食、腎臓食など)
- 出張講演 (学校、自治会、老人会、企業、各種サークルなど)
- 狭山ケーブルテレビ・入間ケーブルテレビで毎日放送中。



会場のご案内

会場をお間違いないようご注意ください

各会場とも開場15分前より受付開始。定員になり次第締め切りとなります。2演題目から参加される方は、開始5分前にお越しください。

※お住まいの地域に関わらず、どなたでも参加いただけます。※原則事前のお申込みは不要です。※参加費は無料です。

みんなの健康塾 飯能市開催!

参加無料

日時 2018年5月23日 (水) 14:00~15:30

会場 飯能市市民活動センター「多目的ホール」(13:30開場)
〒357-0025 飯能市栄町24-4丸広百貨店飯能店7階 TEL042-978-7551
※会場への案内、地図、駐車場等は裏面をご確認ください。

定員 先着100名様 (申込不要)

こんな症状の気になる方は是非ご参加ください!!

- 動悸や息切れがあり、疲れやすくなった方
- 胸痛や呼吸が困難なことがある方
- 脈が飛ぶ、めまい、ふらつきがある方
- 高血圧、動脈硬化、生活習慣に不安を感じる方

講演後 外来予約コーナーを設置します!

第1部 切らずに治す 心臓弁膜症の話

14:00~14:45

講師 副院長 心臓血管センター長 **小柳 俊哉** (飯能市在住)

第2部 心房細動の最新治療 ~アブレーション治療について~

14:45~15:15

講師 循環器内科副部長 **入江 忠信**

救急24時間対応 TEL.04-2953-6611(代)

みんなの健康塾

5月

定員あり
参加無料

テーマ、講師は都合により変更となる場合があります

狭山市会場

どなたでもご参加できます

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
8	火	14:30~15:00	若々しい筋肉を保つ食事を目指そう! ~サルコペニア予防~	管理栄養士 青柳 奈津子	①
		15:00~15:30	薬と食べ物の意外な関係 ~薬剤と食物の相互作用~	薬剤師 松本 知之	
9	水	14:30~15:00	NEW 急性薬物中毒の治療について ~活性炭の利用~	臨床工学技士 佐々木 瞭	②
		15:00~15:30	心電図検査について ~心電図検査ってよく検査するけど何がわかるの?~	臨床検査技師 吉田 貴典	
10	木	14:30~15:00	魚介類(サケ、サバ、アジ等)から 感染するアニサキス感染とは!?	臨床検査技師 小林 保彦	①
		15:00~15:30	退院先でお悩みのあなたへ ~病院・施設・自宅の選び方~	社会福祉士 安井 知之	
14	月	14:30~15:00	NEW 動脈硬化を予防する ~気になる食事、おすすめレシピ~	管理栄養士 大川 清	①
		15:00~15:30	運動と食事と減量 ~理想的な体重って?~	理学療法士 石長 美幸	
15	火	14:30~15:00	「痛いっ!救急車呼ぼうかな?」 ~救急隊士がすすめる救急車の適正利用~	救急救命士 林 健太	①
		15:00~15:30	NEW めまいの原因を探ろう!	看護部 小林 美奈	
17	木	14:30~15:00	軽症うつを理解と対応	心理相談科 鈴木 康弘	①
		15:00~15:30	あーるあい(RI)検査ってなに? ~新病院で始まった新しい放射線検査~	診療放射線技師 間山 金太郎	
21	月	14:30~15:00	NEW がんの親を持つ子どものサポート	緩和医療科主任部長 岡本 信也	①
		15:00~15:30	知ってますか? 埼玉石心会病院の緩和ケア	看護部副部長 小谷 由美子	
25	金	14:30~15:00	NEW 歯磨きすると良いことづくめ!	木馬歯科医院 院長 高安 洋 先生	①
		15:00~15:30	"入院する"上での心得 ~入院病棟の何?何?なぜ?~	看護部部長 加古 幸子	

入間市会場

どなたでもご参加できます

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
16	水	14:30~15:00	血液検査結果 見方のポイント ~健診結果を見てみましょう~	臨床検査技師 古賀 文子	③
		15:00~15:30	知ってるようで知らない 遠視・近視・老眼の違い	視能訓練士 佐藤 美華	
24	木	14:30~15:00	認知症を予防する ~気になる食事、おすすめレシピ~	管理栄養士 大川 清	④
		15:00~15:30	呂律(ろれつ)が回りにくい! ~構音障害をご存知ですか?~	言語聴覚士 岡村 弘樹	
29	火	14:30~15:00	ピロリ菌とは? ~胃炎、胃がん、胃潰瘍を引き起こす悪い菌~	看護部主任 大坂 恵美子	④
		15:00~15:30	気になる便秘の話~ ~あなたに合ったお薬は?~	薬剤師 村田 諭	
31	木	14:30~15:00	免疫力を強化する食品 ~アリシン、カテキン、ナットーキナーゼ~	管理栄養士 大川 清	④
		15:00~15:30	がんはこうして診断される ~病理細胞診検査について~	臨床検査技師 藤沢 美穂	

飯能市会場

どなたでもご参加できます

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
23	水	14:00~14:45	NEW 切らずに治す心臓弁膜症の話	副院長 心臓血管センター長 小柳 俊哉	⑤
		14:45~15:30	NEW 心房細動の最新治療 ~アブレーション治療について~	循環器内科副部長 入江 忠信	

※駐車場について①丸広百貨店にて1,000円以上のお買い上げで3時間まで無料(市民活動センターにて承認印が必要です)
②飯能市役所の駐車場は無料になります(市民活動センターまで徒歩10分)

講演会場

- ①狭山市産業労働センター2階 異業種交流スペース 定員66名
- ②狭山市産業労働センター1階 多目的スペース 定員44名
- ③入間市産業文化センター 研修室A・B 定員50名
- ④入間市市民会館3号室 定員50名
- ⑤飯能市市民活動センター 多目的スペース(丸広百貨店飯能店7階) 定員100名

※自治会、老人会・企業、サークルなどのご指定会場に「講師」を派遣いたします。
ご希望のテーマをお気軽にご相談ください。(地域医療推進室 長谷川)

狭山市中央公民館共催調理実習

16	水	13:00~14:15	おいしい減塩レシピ(リメイク)	狭山市中央公民館 連絡先☎04-2952-2230 受付期間 4月16日(月)~5月7日(月)月~土曜日 8:30~17:15	調理師 赤岩 秀治 管理栄養士 秋山好美・大利奈津美	狭山市市民交流センター3階 調理実習室
----	---	-------------	-----------------	--	-------------------------------	------------------------

出前講座

どなたでもご参加できます

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
22	火	14:30~15:00	健診では見つかりにくい、「食後の高血糖」にご注意!	内分泌代謝内科副部長 大和田 里奈	サイボクハム天然温泉 「花鳥風月」 日高市下大谷沢546 ☎042-919-2626
		15:00~15:30	痛風ってどんな病気? ~高尿酸血症を予防する日常生活の知識~	看護部主任 山崎 照美	

50名

出張講演

主催団体の方限定

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
7	月	15:40~16:20	教職員のためのエピペンの使い方	臨床工学技士 守田 孝志	狭山市立狭山西中学校
11	金	15:15~16:15	教職員のためのエピペンの使い方+糖尿病児の対応	臨床工学技士 守田 孝志	狭山市立南小学校
18	金	14:00~15:00	人生を変える健康のチカラ ~心臓と血管がよろこぶ生活法~	副院長 心臓血管センター長 小柳 俊哉	藤沢文化協会
25	金	10:30~11:30	「家族を守る異物除去」 ~のど詰まり 咳して叩いて突き上げて~	救急救命士 須賀 万里	総合子育て支援センター
28	月	15:10~16:10	教職員のためのエピペンの使い方	臨床工学技士 守田 孝志	狭山市立入間川小学校
30	水	15:30~16:30	教職員のためのエピペンの使い方	臨床工学技士 守田 孝志	入間市立高倉小学校

さやま総合クリニック外来糖尿病教室

どなたでもご参加できます

10	木	14:00~15:00	糖尿病って、どんな病気?	糖尿病内科 吉田 宣子	さやま総合クリニック 4階集団指導室 狭山市入間川4-15-25 ☎04-2900-2700
----	---	-------------	--------------	-------------	---

30名