



# みんなの健康塾

参加無料  
定員あり

4月



埼玉石心会病院は、新年度(平成31年度)も「地域住民との連携のきずな」を実現するために、「みんなの健康塾」  
「出張講演」「市民公開講座」3つの健康講座を継続開催し、「地域住民の健康増進の普及」に取り組んでまいります。

健康塾  
の風景



出張  
講演



脳卒中  
フォーラム



## 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。飯能・日高ケーブルテレビで放送中。



## 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。

## ～乳がん、甲状腺がんをもっと知ろう!～ がん市民公開講座

参加無料  
申込制

先着  
200名様

日時 2019年4月6日(土) 14:00~16:00

会場 埼玉石心会病院「アゼリアホール」  
狭山市入間川2-37-20 (13:30開場)

お申込み先 04-2953-0909 (平日10:00~16:00)



【総合座長】

埼玉石心会病院  
乳腺・内分泌外科部長

児玉ひとみ

プロフィール/臨床研修指導医

日本外科学会認定専門医・指導医  
日本乳癌学会認定乳腺専門医・指導医  
日本内分泌外科学会認定専門医・評議員  
マンモグラフィ読影認定医  
医学博士



第1部

乳がんについて

講師 乳腺・内分泌外科医長

杉浦 良子



第2部

乳がん看護  
認定看護師の仕事

講師 乳がん看護  
認定看護師

藤井 文枝



第3部

甲状腺がんについて

講師 乳腺・内分泌外科医長

中村 靖



第4部

総論

講師 乳腺・内分泌外科部長

児玉ひとみ

主催 一般社団法人 みんなの健康  
協賛 社会医療法人財団石心会 埼玉石心会病院

お問い合わせ/埼玉石心会病院 総務課 平日10:00~16:00

TEL.04-2953-0909

出張講演も随時受付しております。お気軽にお問い合わせください



# みんなの健康塾

参加無料  
定員あり

4月

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
1	月	14:30~15:00	<b>NEW</b> 緑の下の力持ち!臨床検査技師の仕事をご紹介します!!	検査部 部長代行 臨床検査技師 安藤 恭代	①
		15:00~15:30	お薬手帳活用術 ~「お薬手帳」うまく使えばいつでも安心!~	薬剤師 小俣 香菜	
4	木	14:30~15:00	しゃべれないだけじゃない!! ~失語症のすべて~	言語聴覚士 池田 美樹	①
		15:00~15:30	<b>NEW</b> X線画像で見るステントグラフト内挿術	診療放射線技師 清水 大輔	
8	月	14:30~15:00	腎機能と検査 ~検体検査でわかる腎臓の働き~	臨床検査技師 古賀 文子	①
		15:00~15:30	心臓病とリハビリ ~当院での心臓リハビリテーション~	理学療法士 坂崎 理史	
12	金	14:30~15:00	心房細動の根治を目指す! ~カテーテルアブレーションとは?~	循環器内科副部長 入江 忠信	①
		15:00~15:30	<b>NEW</b> ワーファリン服用量を調整する「PT-INR (ピーティーアイエヌアル)」~巡回検査入門~	臨床検査技師 小川 明子	
23	火	14:30~15:00	自宅でできるリンパドレナージ	看護部 緩和ケア認定看護師 佐藤 真由美	①
		15:00~15:30	肺の検査について ~息を吸って吐いて解ること~	臨床検査技師 森田 輝明	
25	木	14:30~15:00	<b>NEW</b> 埼玉石心会病院の内視鏡治療とは!?	消化器内科副部長 阿部 敏幸	①
		15:00~15:30	胃や胸の違和感 それって逆流性食道炎かも!?	消化器内視鏡技師 岩沢 陽子	

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
10	水	14:30~15:00	胃がん検診を受けよう! ~胃内視鏡(経口と経鼻)何が違うの?~	臨床検査技師 柿沼 諒	②
		15:00~15:30	正しい眼鏡の選び方	視能訓練士 野村 優貴	

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
19	金	14:00~15:00	狭心症と心筋梗塞の治療 ~「つぎつめて」予防~	循環器内科部長 長谷川 耕太郎	③

住所: 飯能市栄町24-4 丸広百貨店飯能店7階  
 ※駐車場に 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)  
 ついて 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入間市産業文化センター 研修室A・B 定員50名
- ③飯能市市民活動センター 多目的ホール 定員100名



### がん市民公開講座

会場: 埼玉石心会病院2階 アゼリアホール 狭山市入間川2-37-20 **申込制 04-2953-0909 (平日10:00~16:00) 200名**

6	土	14:00~16:00	第1部: 乳がんについて	乳腺・内分泌外科医長 杉浦 良子	※交通案内: 狭山市駅西口徒歩約10分 埼玉石心会病院の駐車場は患者さん、ご面会者を使用するためご利用できません。 やむを得ず、お車でのご来場の際は無料シャトルバスをご利用下さい。
			第2部: 乳がん看護認定看護師の仕事	乳がん看護認定看護師 藤井 文枝	
			第3部: 甲状腺がんについて	乳腺・内分泌外科医長 中村 靖	
			第4部: 総論	乳腺・内分泌外科部長 児玉 ひとみ	

### 共に過ごす"つなぐカフェ"

会場: 埼玉石心会病院2階 アゼリアホール 狭山市入間川2-37-20 **申込制 04-2953-0909 (平日10:00~16:00) 50名**

26	金	14:00~15:00	<b>NEW</b> 地域の中で病いと共に生きる高齢者やそのご家族と共に	看護部 老年看護修了看護師 菅野 心葉	※交通案内: 狭山市駅西口徒歩約10分 埼玉石心会病院の駐車場は患者さん、ご面会者を使用するためご利用できません。やむを得ず、お車でのご来場の際は無料シャトルバスをご利用下さい。
----	---	-------------	--------------------------------------	---------------------	---

### 連携医療機関共催シリーズ [まるひろ 大人のEnjoy健康講座]

**申込制 04-2963-1111 50名** **まるひろ「大人のEnjoy会員限定」**

17	水	14:00~14:30	膝・股関節の痛みと治療と手術について	原田病院 整形外科部長 宮木 保尚 先生	丸広百貨店入間店6階 「バンケットホール」 入間市豊岡1-6-12 ※別途専用の申込書にて、FAXでも申込可
		14:30~15:00	ひざ痛予防体操 ~これから、今以上痛くしないために~	埼玉石心会病院 理学療法士 堀口 貴子	

### 出前講座

**どなたでもご参加できます**

11	木	14:00~14:30	認知症を予防する ~気になる食事、おすすめレシピ~ <b>リニューアル Ver.</b>	食のサービス部部长 管理栄養士 大川 清	狭山市老人福祉センター不老荘 狭山市南入曾737 ☎04-2957-3502 ※60歳以上 狭山・入間・所沢・飯能在住の方
		14:30~15:00	「認知症なんて恐くない!」 ~認知症のこと知りましょう~	認知症看護認定看護師 石山 真	
16	火	14:00~15:00	頭の知恵袋シリーズ 人工知能に負けない脳と身体の作り方 <b>パート2</b>	リハビリテーション科部長 白石 哲也	株式会社サイボク天然温泉「花鳥風月」 日高市下大谷沢546 ☎042-919-2626

### 出張講演

**主催団体の方限定**

2	火	10:30~11:30	教職員のためのエピペンの使い方	救急救命士 須賀 万里	入間市立宮寺小学校
2	火	13:30~14:10	教職員のためのエピペンの使い方	救急救命士 須賀 万里	狭山市立堀兼中学校
3	水	15:00~16:00	教職員のためのエピペンの使い方 ~学校で出来る緊急対応も含む~	救急救命士 須賀 万里	狭山市立柏原中学校
5	金	13:30~15:00	食物アレルギー、アナフィラキシーショックとは? ~エピペンの使い方~	救急救命士 須賀 万里	埼玉県立狭山特別支援学校
9	火	14:30~15:30	教職員のためのエピペンの使い方	救急救命士 須賀 万里	入間市立高倉小学校
15	月	14:00~15:00	認知症を予防する ~気になる食事、おすすめレシピ~	食のサービス部部长 管理栄養士 大川 清	狭山市民生委員高齢者部会
18	木	14:00~14:45	ひとりで悩まないで!尿漏れはあなただけじゃない! ~過活動膀胱の知識~	看護部部長 赤坂 一美	入曾地区自治会連合会 水押自治会
18	木	15:15~16:05	脳の若返り ~楽しみながらのトレーニングが脳の衰えを防ぐ!~	作業療法士 関内 亜希子	いきがい大学入間校友会
22	月	15:15~16:15	教職員のためのエピペンの使い方	救急救命士 須賀 万里	狭山市立御狩場小学校
24	水	10:30~11:30	減塩&コレステロールを下げる ~気になる食事、おすすめレシピ~	食のサービス部部长 管理栄養士 大川 清	狭山市健康づくり推進協議会

### 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 30名**

4	木	14:00~15:00	腎臓にやさしい食事 ~栄養バランスの大切さについて~	管理栄養士 森 順子	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
---	---	-------------	----------------------------	------------	--

## 看護師 募集 集中

お問い合わせ/ 埼玉石心会病院 看護部 平日10:00~16:00 狭山市入間川2-37-20  
**TEL.04-2953-0306** (看護部直通)