



みんなの健康塾

2月

参加無料
定員あり

福



おかげさまで「みんなの健康塾」の受講者が11万5千人を突破しました。埼玉石心会病院は、今後も「地域に根ざし、地域に貢献する医療」の理念のもと、「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。

連携医療機関 シリーズ講座

定員 50名
参加 無料

申込制 04-2963-1111 (平日10:00~19:00)

2/19 (水)

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 ☎04-2963-1111

14:00~14:30

14:30~15:00

「基調講演」
【新】豊岡整形外科
病院のご紹介

医療法人
豊岡整形外科病院

世界標準の骨密度
検査機器
「骨密度DXA法」の話

さやま総合クリニック
診療放射線技師
高岡 芳徳

肝臓のことを知って 健康長寿を目指そう!

みんなの健康塾
【アゼリアホール】

申込不要

2/6 (木)

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

先着 150名
参加 無料

14:00~14:30

14:30~15:00

15:00~15:30

C型肝炎
~診断と最新治療
・治せる時代へ~

外科部長
清水 喜徳

「C型肝炎」
~ウイルスと検査
・治療について~

検査部部长代行
臨床検査技師
安藤 恭代

肝臓に
やさしい食事

管理栄養士
蒲池 祐子

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。



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。



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

2月

参加無料
定員あり

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
26	水	14:30~15:00	NEW 認知症の新しい検査の話 ~R1(あーるあい)検査って何?~	診療放射線技師 庄谷 宗嗣	①
		15:00~15:30	血液サラサラを目指そう! ~脂質異常症を改善~	管理栄養士 及川 紗季	

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
14	金	14:00~14:30	不整脈治療の新時代到来! ~冷凍アブレーションとは?~	循環器内科副部長 入江 忠信	③
		14:30~15:00	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	

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
28	金	14:30~15:00	NEW 「うちのサインを見逃すな!」 ~便潜血検査と大腸内視鏡の話~	臨床検査技師 小林 保彦	②
		15:00~15:30	ニュースで話題の抗がん剤! ~免疫チェックポイント阻害薬ってなに?~	薬剤師 若月 秀明	

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) 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入間市市民会館 3号室 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

連携医療機関シリーズ講座【まるひろ 大人のEnjoy健康講座】 申込制 04-2963-1111 まるひろ「大人のEnjoy会員限定」 50名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
19	水	14:00~14:30	「基調講演」【新】豊岡整形外科病院のご紹介	医療法人 豊岡整形外科病院	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
		14:30~15:00	世界標準の骨密度検査機器「骨密度DXA法」の話	さやま総合クリニック 診療放射線技師 高岡 芳徳	

みんなの健康塾【アゼリアホール】 ~肝臓のことを知って健康長寿を目指そう!~ どなたでもご参加できます 150名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
6	木	14:00~14:30	C型肝炎 ~診断と最新治療・治せる時代へ~	外科部長 清水 喜徳	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
		14:30~15:00	NEW 「C型肝炎」~ウイルスと検査・治療について~	検査部部長代行 臨床検査技師 安藤 恭代	
		15:00~15:30	NEW 肝臓にやさしい食事	管理栄養士 蒲池 祐子	

入間ガス「スマイルキッチン」出張調理実習 申込制 入間ガス「料理教室」担当 04-2964-1571 (平日9:00~17:00) 参加費700円 20名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
27	木	10:00~13:00	骨粗鬆症予防! ・小松菜ごはん・豆腐グラタン・春雨サラダ~桜海老ドレッシング・切干メカボ和え	栄養士(株)グリーンハウス 鈴木翔汰 管理栄養士 大川 清	入間ガス 「スマイルキッチン」

出前講座 どなたでもご参加できます 各50名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
25	火	14:00~14:30	NEW 胃がんについて知っておきたいこと ~予防と早期発見のために~	外科医長 庄子 涉	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
		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~	さやま総合クリニック 看護科主任 大坂 恵美子	

出張講演 主催団体の方限定 ※主催団体への直接のお問合せはご遠慮下さい。

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
3	月	10:30~11:30	骨粗鬆症予防レシピのご紹介	食のサービス部部長 管理栄養士 大川 清	フラワーヒル楽友会
4	火	10:50~11:35	薬物乱用防止教室 ~かけがえのない自分のために~	薬剤部部長 薬剤師 大木 孝夫	入間市立藤沢北小学校
5	水	15:30~16:30	成長時に多い痛みと、スポーツ時のケガの対応と予防法	理学療法士 天野 晴光	入間市立上藤沢中学校
7	金	14:30~15:30	健康長寿は「生活習慣病」の管理がポイント	検査部部長代行 臨床検査技師 安藤 恭代	入間市振興公社生涯学習講座 入間市産業文化センター
10	月	15:30~16:10	姿勢を正すには、まず腹回りから! ~姿勢を正すコアトレーニング~	理学療法士 川嶋 浩己	入間市立豊岡小学校
12	水	13:55~15:35	子どもとゲーム・メディアのキケンな関係 ~からだと脳へのダメージ~	小児科副部長 岩村 透	狭山市立富士見小学校
13	木	10:00~11:00	認知症の予防!日常生活から予防体操まで ~脳いきいき体操を交えます~	医療法人尚寿会 あさひ病院 作業療法士 倉元 貴志・石井 晶	しんとこイーストネット 新所沢東まちづくり協議会
17	月	10:00~11:00	認知症なんて怖くない! ~認知症のことを知りましょう~	認知症看護認定看護師 石山 真	お達者クラブ スマイル向陽
20	木	10:10~11:10	命にかかわる急病に気づくには? ~「いつもと違う!」を見逃すな!~	救急救命士 須賀 万里	いこいこクラブ
21	金	14:30~15:30	肩 痛みなくバンザイできますか? ~簡単にできるストレッチ~	理学療法士 高田 慈都	入間市振興公社生涯学習講座 入間市産業文化センター
22	土	10:30~11:30	健康づくりのための運動 ~その方法と実際~	看護部師長代行 三ツ木 千明	西武鉄道社友会

共に過ごす"つなぐカフェ" 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 04-2953-0306(平日10:00~16:00) 30名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
28	金	14:00~15:30	地域の中で病と共に生きる高齢者やそのご家族と共に ~バランスよくおいしく簡単に「宅配食」知っていますか?~	看護部 老年看護専門看護師 菅野 心葉	※交通案内：狭山市駅西口徒歩約10分 ご来場の際はなるべく無料シャトルバスが公共交通機関をご利用下さい。

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 各30名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
6	木	14:00~15:00	第1部：糖尿病による腎臓の病気のお話	看護師 武久 恵美	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
			第2部：血糖値を下げるホルモン「インスリン」を知ろう	薬剤師 川鍋 美恵	

看護師・看護補助者募集中! 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)