



みんなの健康塾

参加無料

1月

定員あり

新年あけましておめでとうございます。「みんなの健康塾」は、おかげさまで7年目に突入しました。今年も埼玉石心会病院は「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」の3つの健康講座を継続開催し、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んでまいります。

健康塾の風景

調理実習

出張講演

市民公開講座

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。



ストップ! NO 卒中!

飯能地区脳卒中フォーラム

参加無料
申込制

- 日時 2019年1月30日(水) 14:00~16:00
会場 飯能市市民活動センター 多目的ホール(13:30開場)
飯能市栄町24-4 丸広百貨店飯能店7階
定員 先着100名様(お早めにお申し込みください)
お申込み先 04-2953-0909 (平日10:00~16:00)

第1部

脳動脈瘤について



講師
埼玉石心会病院院長
低侵襲脳神経センター長
石原 正一郎

第2部

当院におけるロボット支援リハビリテーション



~ウェルウォークを導入して~
講師
飯能靖和病院 院長
原田 俊一 先生

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

テーマ、講師は都合により変更となる場合があります

1月

定員あり

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 |
|----|----|-------------|---|-----------------------|----|
| 7 | 月 | 14:30~15:00 | 運動の方法と注意点 ~筋肉の変化と上手な鍛え方~ | 理学療法士 荒井 幹人 | ① |
| | | 15:00~15:30 | NEW 空から命を守る! ~ドクターヘリと防災ヘリの違いとは!?~ | 救急救命士 齋藤 恒平 | |
| 8 | 火 | 14:30~15:00 | NEW 脳の活性化! ~音楽療法で楽しく認知症を予防しよう!~ | 看護部 音楽療法士 丸谷 亜希子 | ① |
| | | 15:00~15:30 | 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 松井 真理奈 | |
| 10 | 木 | 14:30~15:00 | NEW 糖尿病の合併症は予防できる! ~防ごう、3大合併症!~ | 糖尿病内科 加藤 嘉奈子 | ① |
| | | 15:00~15:30 | ひとりでは悩まないで!尿も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 | |
| 23 | 水 | 14:30~15:00 | 「血圧を下げる食事療法」 ~薬に頼らず食事改善~ | 栄養部 課長 管理栄養士 秋山 好美 | ① |
| | | 15:00~15:30 | うんちのサインを見逃すな!! | 臨床検査技師 奥山 康博 | |

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 |
|----|----|-------------|-------------------------------------|------------------------|----|
| 9 | 水 | 14:30~15:00 | 世界標準の骨密度検査機器 「骨密度DXA法の話」 | 診療放射線技師 高岡 芳徳 | ② |
| | | 15:00~15:30 | 心電図検査とは ~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 | |
| 15 | 火 | 14:30~15:00 | 動脈硬化を予防する ~気になる食事、おすすめレシピ~ | 食のサービス部長 管理栄養士 大川 清 | ③ |
| | | 15:00~15:30 | ながら運動で冬太りを防ごう! | 理学療法士 勝田 葵 | |
| 16 | 水 | 14:30~15:00 | 睡眠時無呼吸症候群の診断と治療 | 臨床工学技士 里村 知克 | ④ |
| | | 15:00~15:30 | 皆さんの知らない輸血 ~輸血に使う血液製剤や輸血前検査について~ | 臨床検査技師 小出 采歩 | |
| 29 | 火 | 14:30~15:00 | 救急車を呼ぶべき頭痛とは!? ~脳卒中のサインについて~ | 看護部副部長 増田 知子 | ② |
| | | 15:00~15:30 | 聴覚検査 ~聴こえてお悩みの方へ~ | 臨床検査技師 山口 未亜 | |

ストップ!NO卒中! 飯能地区脳卒中フォーラム

申込制 04-2953-0909 (平日10:00~16:00)

100名

| | | | | | | |
|----|---|-------------|--|---|--|---|
| 30 | 水 | 14:00~16:00 | 脳動脈瘤について 当院におけるロボット支援リハビリテーション ~ウェルウォークを導入して~ | 埼玉石心会病院 院長 石原 正一郎 低侵襲脳神経センター長 飯能靖和病院 院長 原田 俊一先生 | 飯能市市民活動センター 多目的ホール 飯能市栄町24-4 丸広百貨店飯能店7階 | ⑤ |
|----|---|-------------|--|---|--|---|

※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入間市市民会館 3号室 定員50名
- ③入間市市民会館 4号室 定員50名
- ④入間市産業文化センター 研修室A・B 定員50名
- ⑤飯能市市民活動センター 多目的ホール 定員100名

出前講座

どなたでもご参加できます

| | | | | | | |
|----|---|-------------|---|------------------------------|---|-----|
| 22 | 火 | 14:00~15:00 | 頭の知恵袋シリーズ 人生100年時代と進化的ミスマッチ病 パート1 | 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 | 50名 |
| 24 | 木 | 14:00~14:30 | 先着15名様 ホクロの無料チェック実施 カンタンなホクロと皮膚がんの見分け方 | 形成外科部長 工藤 聡 | 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 | 50名 |
| | | 14:30~15:00 | 転ばない足腰に! ~毎日貯筋体操~ | 看護部副部長 医療安全コーディネーター 荒木 妙子 | | |

出張講演

主催団体の方限定

| | | | | | |
|----|---|-------------|--------------------------------------|----------------------------------|------------------------------|
| 11 | 金 | 10:30~11:30 | 小児看護の基礎知識 | 看護師 田辺 ゆかり | 狭山ふじみだい認定こども園 |
| 11 | 金 | 14:30~15:30 | 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 | 入間市振興公社生涯学習講座 入間市産業文化センター |
| 17 | 木 | 9:00~11:00 | 保護者のための一次救命処置教室 ~AEDの使い方も含む~ | 救急救命士 曾我部 諒・須賀 万里 | 入間市立東町中学校 |
| 18 | 金 | 15:00~16:00 | 子どもとメディア ~ゲームの弊害~ | 小児科副部長 岩村 透 | 入間市立西武中学校 |
| 19 | 土 | 11:00~11:30 | 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 | 堀兼老人クラブ連合会 |
| 21 | 月 | 14:00~15:00 | 運動で健康寿命をのばそう! ~動きやすいカラダをつくり、守るための工夫~ | 理学療法士 木村 杜介 | 所沢悠生苑ショートステイ くすのき台 |
| 25 | 金 | 14:30~15:30 | 骨粗鬆症予防レシピのご紹介 | 食のサービス部長 管理栄養士 大川 清 | 入間市振興公社生涯学習講座 入間市産業文化センター |
| 28 | 月 | 15:10~16:10 | 子どもの生活習慣病対策について | 副院長 内分泌代謝内科部長 小野田 教高 | 狭山市立水富小学校 学校保健委員会 |
| 31 | 木 | 17:00~18:00 | 健康診断受診後に何をすべきか! | さやま総合クリニック健診センター 副センター長 根上 昌子 | 入間ケーブルテレビ株式会社 |

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 狭山市入間川2-37-20

TEL.04-2953-0909