



みんなの健康塾

7月

参加無料
定員あり



埼玉石心会病院では、地域住民の皆様が病気や医療について知識を高め、疾病の早期発見・早期治療にお役立ていただけるように、「みんなの健康塾」「出張講演」「市民公開講座」3つの健康講座を毎日開催し、今後も「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



市民公開講座



出張講演



無料健康診断



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。

そこに助かる命がある限り!救急最前線! 救急医療市民公開講座

日時 2019年7月20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)

参加無料・申込制
先着200名様



【総合座長】
埼玉石心会病院 副院長(救急担当)
ER総合診療センター長
石井 耕士

プロフィール/日本整形外科学会専門医
日本整形外科学会認定 脊椎脊髄病医
臨床研修指導医

第1部	第2部	第3部
命にかかわる急病のサインとは!?	総合医療と救命救急のかかわり	救命救急の舞台裏
講師 救命救急医 佐伯 有香	講師 総合医療科 副部長 酒井 利幸	講師 救急救命士 鈴木 康史
ご自身の命を守るために、身体の大敵な「サイン」を知りましょう!	「今」求められる総合医療と救命救急とは? 答えします!	「断らない医療」実現の舞台裏、お話しします!

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

7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
1	月	14:30~15:00	冷凍できる食材、知ってますか? ~解凍だって冷凍できます!上手なフリージング方法でエコ料理~	管理栄養士 中山 佳織	①
		15:00~15:30	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	
3	水	14:30~15:00	熱中症予防 ~栄養編・経口補水液について~	食のサービス部長 管理栄養士 大川 清	①
		15:00~15:30	ドーピングって何? ~その薬は大丈夫?~	薬剤師 鈴木 健介	
12	金	14:30~15:00	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	①
		15:00~15:30	もしかして手根管症候群? しびれの原因を調べる検査法	臨床検査技師 櫻井 友加里	
16	火	14:30~15:00	高次脳機能障害をご存知ですか?	看護部長 須田 恵美子	①
		15:00~15:30	準備運動のすすめ ~夏の運動の注意点~	理学療法士 松下 耕平	
18	木	14:30~15:00	NEW 在宅医療とACP(人生会議) ~アドバンス・ケア・プランニングって何ぞや?~	別所地区立総合センター・コーディネーター 五十嵐 信子	①
		15:00~15:30	NEW 知っているようで知らない 応急手当【頭を打った】	救急救命士 須賀 万里	
26	金	14:30~15:00	食べ物による窒息に対する応急手当	看護部 集中ケア認定看護師 町田 綾	①
		15:00~15:30	夏風邪?咳が続く場合は要注意! ~肺炎球菌について~	臨床検査技師 和田 侑里奈	

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
29	月	14:30~15:00	糖尿病?気になる方へ ~食事療法の基本とは?~	食のサービス部長 管理栄養士 大川 清	①
		15:00~15:30	大切な足を守るためのフットケアのお話	さやま総合クリニック 看護科主任 武久 恵美	
31	金	14:30~15:00	NEW 夏バテしない献立! ~豚肉?うなぎ?その理由からご説明します。	栄養部部長代行 管理栄養士 秋山 好美	①
		15:00~15:30	健康づくりのための運動 ~その方法と実際~	看護部部長代行 三ツ木 千明	

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	すぐに診てほしい!救急外来ってどんなところ? ~このような時は救急外来へ~	看護部主任 大塚 周一	②
		15:00~15:30	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	
24	水	14:30~15:00	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	③
		15:00~15:30	姿勢を正すには、まず腹回りから! ~姿勢をよくするコアトレーニング~	理学療法士 川嶋 浩己	

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
2	火	14:00~14:45	動脈硬化を進行させないためのヒント ~ストップ!生活習慣病~(持物:計算機)	循環器内科副部長 荒巻 和彦	④

住所:飯能市栄町24-4 ※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)
丸広百貨店飯能店7階 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飯能市市民活動センター 多目的ホール 定員100名

救急医療市民公開講座

総合座長 埼玉石心会病院 副院長 ER総合診療センター長 石井 耕士

申込制 04-2953-0909(平日10:00~16:00)

200名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
20	土	14:00~16:00	命にかかわる急病のサインとは!?	埼玉石心会病院 救命救急医 佐伯 有香	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
			総合医療と救命救急のかかわり	埼玉石心会病院 総合診療科副部長 酒井 利幸	
			救命救急の舞台裏	埼玉石心会病院 EMT課 鈴木 康史	

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	メニュー	講師	会場
25	木	10:30~13:00	糖尿病食~500kcalの献立 血糖値を上げないために ・塩トマト(調味料)夏野菜包焼き・ケチャップ焼鳥・ゴーヤチャンプルー・マンナンヒカリごはん	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(株) 入間ガス「スマイルキッチン」

みんなの健康塾 アゼリアホール開催!

どなたでもご参加できます

100名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
30	火	14:00~15:00	NEW 眼の健康 ~白内障の診断・治療・手術のお話~	眼科部長 高木 重徳	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

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
17	水	14:00~14:30	足の動脈硬化(下肢閉塞性動脈硬化症)の話	循環器内科副部長 小路 裕	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	突然死を防ぐために!知っておきたい"大動脈瘤"の治療 ~X線画像で見る「ステントグラフト内挿術」とは?~	診療放射線技師 清水 大輔	
23	火	14:30~15:00	日常のストレスに向き合う工夫(実践編)	診療部 心理相談科 鈴木 康弘	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
		15:00~15:30	脳の活性化! ~音楽療法で認知症を予防しよう!~	看護部 音楽療法士 丸谷 亜希子	

出張講演

主催団体の方限定

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
4	木	14:00~15:00	教職員のためのAED・エピペンの使い方	救急救命士 須賀 万里	埼玉県立日高高等学校
5	金	14:00~15:30	ケガの対応と予防法(高校生編)・生徒を守る熱中症の予防と手当	救急救命士 須賀 万里	埼玉県立入間向陽高等学校
7	日	13:00~14:00	認知症なんて怖くない! ~認知症のことを知しましょう~	認知症看護認定看護師 石山 真	入間川東急自治会
9	火	14:00~15:00	熱中症&夏バテ予防! ~夏のおすすめレシピと経口補水液の作り方~	食のサービス部部長 管理栄養士 大川 清	社会福祉協議会 入曾支部
11	木	15:25~16:15	教職員のためのエピペンの使い方	救急救命士 須賀 万里	狭山市立奥富小学校
19	金	14:00~15:00	熱中症・生徒でできる応急処置	救急救命士 須賀 万里	狭山市立狭山台中学校
25	木	13:30~14:30	教職員のためのエピペンの使い方	救急救命士 須賀 万里	入間市立仏子小学校

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

30名

日	曜日	時間	テーマ	講師	会場
4	木	14:00~14:30	フットケアについて ~自分の足で歩くために~	皮膚・排泄ケア認定看護師 沼田 由美子	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
		14:30~15:00	糖尿病のお薬について	薬剤師 中出 美保	

8月10日(土)・9月14日(土) 看護師就職説明会開催

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)