



みんなの健康塾

10月

参加無料
定員あり

おかげさまで「みんなの健康塾」の受講者が11万人を突破し、今月末で7年間が終了いたします。7年間で開催日数延べ1,993日、講演回数3,383回を実施いたしました。今後も「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、「地域住民の健康増進の普及」に取り組んでまいります。

特別健康講座

参加無料
申込制
先着200名



総合
座長
大生病院 副院長
木口 重徳先生

日時 **10月29日(火) 14:00~15:30**

会場 社会福祉法人 尚栄会 福寿の里 ひこばえホール
特別養護老人ホーム

第1部

脳梗塞の 予防と治療



講師 埼玉石心会病院
脳血管内治療科
副部長 **掛樋 善明**

第2部

脳卒中の リハビリテーション ～障がいに負けないための 回復期リハビリテーション～



講師 大生病院 リハビリテーション科主任
(理学療法士 回復セラピストマネジャー) **豊島 尊士**

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。



子ども
医療体験
セミナー



健康塾
の風景

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

テーマ、講師は都合により変更となる場合があります

参加無料
定員あり

10月

10月は
インフルエンザ
の季節
乳がんの
早期発見・
早期治療を啓発
しましょう!

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	火	14:30~15:00	マンモグラフィーの詳しい話 ~健診で乳がんを早期発見!~	診療放射線技師 高岡 芳徳	①
		15:00~15:30	高速道路でエンジンストップ! ~安全な対応について~	救急救命士 橋本 大樹	
2	水	14:30~15:00	超音波検査からの心臓弁膜症 ~心雑音があるとされたら...~	臨床検査技師 大野 勇人	①
		15:00~15:30	「風邪に抗菌薬は効かない」って本当?	薬剤師 小倉 弥生	
7	月	14:30~15:30	頭の知恵袋シリーズ パート3 認知症の四方山話	リハビリテーション科部長 白石 哲也	①
8	火	14:30~15:00	乳がんを学ぼう! ~大切な人を守るために~	乳腺・内分泌外科医長 杉浦 良子	①
		15:00~15:30	骨粗鬆症のお薬について ~骨がスカスカになる前に~	薬剤師 江原 可成子	
11	金	14:30~15:00	低糖質ダイエットって効果あるの?	栄養部部長代行 管理栄養士 秋山 好美	①
		15:00~15:30	腹圧と筋力 ~尿失禁はトレーニングで止められる?~	理学療法士 篠田 幸奈・宮下 紗季	
16	水	14:30~15:00	心地よい眠りのために ~今日から実践!眠れるからだづくり~	さやま総合クリニック 保健師 山内 美樹	①
		15:00~15:30	お口の役割 ~あなたのお口は健康ですか?~	さやま総合クリニック 歯科衛生士 三浦 啓江	

18	金	14:30~15:00	NEW 老後"歯"産にならないために ~歯の健康を維持しましょう!~	木馬歯科医院 院長 高安 洋先生	①
		15:00~15:30	新しい検査項目についてのご案内 ~亜鉛・高感度インフルエンザ~	臨床検査技師 舟岡 由美香	

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
4	金	14:30~15:00	内視鏡検査はコワくない! ~眠りながら検査~	臨床検査技師 指田 進也	②
		15:00~15:30	NEW 腎不全と血液透析について	臨床工学士 追鳥 瑞稀	

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	14:00~14:30	NEW 地域住民を支える ~看護の立場から、 市民の方へ捧ぐメッセージ~	飯能靖和病院 看護部長 認定看護管理者 水野 たつ子	③
		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~	埼玉石心会病院 食のサービス部長 管理栄養士 大川 清	

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 4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

特別健康講座

どなたでもご参加できます

200名

29	火	14:00~15:30	総合座長 大生病院 副院長 木口 重徳先生	第1部: 脳梗塞の予防と治療	埼玉石心会病院 脳血管内治療科副部長 掛樋 善明	社会福祉法人 尚栄会 特別養護老人ホーム 福寿の里 ひこばえホール
			第2部: 脳卒中のリハビリテーション ~障がいにならないための回復期リハビリテーション~	大生病院 リハビリテーション科 主任 (理学療法士 回復セラピストマネージャー) 豊島 尊士		

出前講座

どなたでもご参加できます

各50名

3	木	14:00~14:30	腎臓にやさしい食事 ~毎日のポイント~	食のサービス部長 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
		14:30~15:00	在宅血液透析について ~家庭で透析するってどんな感じ?~	さやま腎クリニック 臨床工学士 長谷部 裕之	
31	木	14:00~14:30	新しい国民病【CKD(慢性腎臓病)】の話 ~あなたの腎臓は大丈夫ですか?~	腎臓内科部長 元 志宏	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	もっと知ってほしいな!「腎臓のこと」	さやま腎クリニック 看護科科長 透析看護認定看護師 岩澤 文子	

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 04-2953-0909 (平日10:00~16:00)

30名

21	月	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	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 ご来場の際はなるべく無料シャトルバスか公共交通機関をご利用下さい。
----	---	-------------	--------------------------	---------------------	--

出張講演

主催団体の方限定

3	木	10:30~11:30	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	飯能市立加治公民館
9	水	15:20~16:20	子どもとメディア ~ゲームの弊害~	小児科副部長 岩村 透	入間市立向原中学校
10	木	14:00~15:00	ひざ痛予防体操 ~実技編~	理学療法士 上沢 稔	社会福祉協議会入曾支部・入曾地区自治会連合会
15	火	13:30~14:30	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	ふじみ寿大学
17	木	14:00~15:00	血液検査結果の見方のポイント ~健診結果を見てみましょう~	臨床検査技師 古賀 文子	入曾地区自治会 水押自治会
17	木	15:30~16:30	心肺蘇生法 ~実践編~	救急救命士 高畑 伸也・須賀 万里	埼玉県立所沢中央高等学校
19	土	11:00~12:00	認知症なんか怖くない! ~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	堀兼老人連合会「サツキ会」
24	木	14:00~15:30	教職員のためのエピペンの使い方 ~大学編~	救急救命士 須賀 万里	学校法人 駿河台大学
25	金	11:00~11:45	認知症なんか怖くない! ~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	鶴ノ木寿会
28	月	14:00~14:30	腰が痛い!誰でもできる腰痛体操 ~実践編~	理学療法士 中村詩織・嘉崎珠美	丸広百貨店 入間店6階 「バンケットホール」 ※まるひろ「大人のEnjoy会員限定」 お問い合わせ: 04-2963-1111
		14:30~15:00	NEW 慢性硬膜下血腫 ~頭をうった時の対処方法~	看護部副部長 豊岡 許美	

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

3	木	14:00~15:00	第1部: 歯周病と糖尿病の関係	歯科医師 関根 真一	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: 透析療法が必要となったら	臨床工学士 守田 孝志	

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)