



みんなの健康塾

定員あり
参加無料

平成30年度より、旧来の「石心会健康塾」は「一般社団法人みんなの健康」に移管されました。今後も地域住民が病気や医療・介護についての知識を深め、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みます。

健康塾の風景



市民公開講座



調理実習



無料健康相談



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。

守りたいのは...あなたのハートです



CARDIOVASCULAR CENTER

心臓血管 市民公開講座

参加無料

7月28日(土) 14:00~16:00

狭山市市民会館 小ホール

TEL.04-2953-0909 (平日9:00~17:00)



総合座長
埼玉石心会病院 副院長
心臓血管センター長
小柳 俊哉

第1部

カテーテルで治す 心臓弁膜症

~胸を切らずに 人工弁を入れる~

講師
埼玉石心会病院 副院長 心臓血管外科

木山 宏

第2部

カテーテルで治す 心房細動

~不整脈の回路を 高周波で焼く~

講師
埼玉石心会病院 循環器内科副部長

入江 忠信

救急24時間 対応

TEL.04-2953-6611(代)

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9:00~17:00

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

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
2	月	14:30~15:00	健康づくりのための運動 ~その方法と実際~	看護部副部長 三ツ木 千明	①
		15:00~15:30	正しい靴の選び方 ~足にまつわるトラブル予防!~	理学療法士 小林 陽平	
5	木	14:30~15:00	腎不全にならないために ~血液検査データで予防しよう~	臨床工学士 野本 洋平	①
		15:00~15:30	納豆を食べてはいけない?! 「ワルファリン」のおはなし	薬剤師 櫻井 仁美	
9	月	14:30~15:00	NEW 頭部超音波検査 ~首に気になるしこりはありますか?~	臨床検査技師 茨木 雅代	①
		15:00~15:30	NEW 違いつて何!? 「血をサラサラ」の薬の話	薬剤師 田中 雄大	
10	火	14:30~15:00	「私は大丈夫!」自信のある あなたにも聞いてほしい熱中症のお話	救急救命士 須賀 万里	①
		15:00~15:30	NEW 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	
23	月	14:30~15:00	NEW 救急救命医が教える ~あなたにもできる!緊急対応~	救急救命医 佐伯 有香	①
		15:00~15:30	高次機能障害をご存知ですか?	看護部副部長 須田 恵美子	
30	月	14:30~15:00	心臓カテーテル検査とは! ~入院から退院まで~	臨床工学士 石川 翔	①
		15:00~15:30	NEW 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~	保健師 山内 美樹	
31	火	14:30~15:00	誤嚥性肺炎と嚥下障害 ~あなたはムセる?ムセない?~	言語聴覚士 岡村 弘樹	①
		15:00~15:30	NEW 血液データからみる 動脈硬化症の因子について	臨床検査技師 菅原 元気	

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
13	金	14:30~15:00	夏の間食について ~ゼロカロリーの真実~	管理栄養士 横山 恭子	②
		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~	看護部副部長 赤坂 一美	
17	火	14:30~15:00	早期にがんをみつけましょう! ~我々がみつけます「病理・細胞診検査」~	臨床検査技師 藤沢 美穂	③
		15:00~15:30	NEW リハビリテーション 最近のトピックス ~がんのリハビリテーション~	理学療法士 早川 久美子	
25	水	14:30~15:00	内臓脂肪CT ~あなたの内臓脂肪測定面積は?~	診療放射線技師 高岡 芳徳	④
		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	
26	木	14:30~15:00	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	③
		15:00~15:30	肝炎のお話 ~肝細胞がんができるまで~	臨床検査技師 矢島 春花	

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
20	金	14:00~14:30	あなたの膝(ひざ)の痛みについて	整形外科部長 伊東 秀治	⑤
		14:30~15:00	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	

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

※自治会、老人会・企業、サークルなどのご指定会場に「講師」を派遣いたします。ご希望のテーマをお気軽にご相談ください。(企画・広報課 長谷川)

入間ガス「スマイルキッチン」出張調理実習

H29.6月 狭山会場実施 リメイク

参加費500円

申込制

20名

3	火	10:00~13:00	動脈硬化予防の食事・餅の焼南蛮・銚子ミネストローネ・おからミートローフ・お浸し [申込先] 入間ガス「料理教室」担当 04-2964-1571(平日9時~17時)	管理栄養士 鎌グリーンハウス 鈴木翔汰 管理栄養士 大川 清・蒲池 祐子	入間ガス(株) 入間ガス「スマイルキッチン」
---	---	-------------	--	--------------------------------------	------------------------

連携医療機関会場

どなたでもご参加できます

12	木	14:00~14:30	命にかかわる病気に気付くには ~「いつもと違う」を見逃すな!~	救命救急士 須賀 万里	医療法人 靖和会 飯能靖和病院 50名
		14:30~15:00	ノルディックウォークのすすめ	飯能靖和病院リハビリテーション科 リハビリテーションセンター科長 理学療法士 西尾 大祐	

出前講座

どなたでもご参加できます

18	水	14:30~15:00	レーザーによる前立腺肥大症の最新治療	泌尿器外科副部長 寺尾 俊哉	サイボクハム天然温泉 「花鳥風月」 日高市下大谷546 ☎042-919-2626 50名
		15:00~15:30	前立腺がんの治療 ~内分泌療法について~	看護部 早船 克枝	

心臓血管市民公開講座

申込制 04-2953-0909 (平日9:00~17:00)

300名

28	土	14:00~16:00	カテーテルで治す心臓弁膜症 ~胸を切らずに人工弁を入れる~	総合座長 埼玉石心会病院 副院長 心臓血管センター長 小柳 俊哉	埼玉石心会病院 副院長 心臓血管外科 木山 宏 埼玉石心会病院 循環器内科副部長 入江 忠信	狭山市市民会館 小ホール 狭山市入間川2-33-1
		カテーテルで治す心房細動 ~不整脈の回路を高周波で焼く~				

出張講演

主催団体の方限定

4	水	10:00~11:00	どうしよう?人が倒れてる!! ~AEDの使い方知っていますか?~	救急救命士 曾我部 諒	町屋クラブ(扇町屋公民館)
			血液検査で分かる心臓の異常 ~BNPIについて~	臨床検査技師 安田 卓矢	
6	金	14:00~15:30	熱中症・生徒で出来る応急処置	救命救急士 須賀 万里	埼玉県立所沢高等学校
11	水	10:00~11:30	出張調理実習 ~減塩食[金子中学校 成人教育研修]~	食のサービス部長 管理栄養士 大川 清	入間市立金子中学校
18	水	10:00~10:45	高齢者の食べやすい食事 ~45分Ver.~	食のサービス部長 管理栄養士 大川 清	狭山市消費者団体連絡会
19	木	10:00~11:00	認知症予防! ~出来ることから始めてみませんか?~	さやま地域ケアクリニック 看護部科長 菅原 ますみ	アザレアクラブ
19	木	14:00~15:00	熱中症・生徒で出来る応急処置	救命救急士 須賀 万里	狭山市立中央中学校
20	金	14:00~15:00	熱中症・生徒で出来る応急処置	救命救急士 須賀 万里	狭山市立狭山台中学校
24	火	14:30~15:30	子どもの生活習慣病対策について	副院長 内分泌内科代謝部長 小野田 教高	所沢市立西富小学校
27	金	10:30~11:30	教職員のためのエピペンの使い方	臨床工学士 守田 孝志	入間市立狭山小学校

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

5	木	14:00~14:30	第1部: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	第2部:糖尿病のお薬について	薬剤師 小松崎 美菜	