松下記念病院　出前講座

一般市民向け

テーマ	番号	講座名	講師	形式
検診	1	がん検診について	看護師	講義
	2	乳がんとは？　乳がんの自己検診	看護師	講義・実技
運動	3	良い姿勢・歩き方で過ごすために	リハビリ	講義・実技
	4	生活習慣病予防のための運動	リハビリ	講義・実技
	5	フレイル・サルコペニア予防	リハビリ	講義・実技
	6	効果的な筋トレ方法　～どうやったら筋肉はつくの？～	リハビリ	講義・実技
	7	転倒予防のための運動療法	リハビリ	講義・実技
	8	肩こり予防のための運動療法	リハビリ	講義・実技
	9	認知症予防体操	リハビリ	講義・実技
	10	腰痛予防のための運動療法	リハビリ	講義・実技
食事	11	おいしく食べてダイエット　～目指せ　－３kg～	管理栄養士	講義
	12	骨がスカスカになる前に　～骨粗鬆症予防～	管理栄養士	講義
	13	これなら出来るバランス食　～糖尿病予防のための食事～	管理栄養士	講義
	14	薄味で病気知らず　～高血圧予防の食事～	管理栄養士	講義
	15	生活習慣病予防の食事	管理栄養士	講義
	16	筋肉をつける食事～フレイル・サルコペニア予防～	管理栄養士	講義
	17	食事で腸を整える～美味しい腸活～	管理栄養士	講義
	18	口から食べるために必要なこと	認定看護師	講義
	19	食べなくても口腔ケア～お口をきれいにすると良いことたくさん～	認定看護師	講義
	20	今日、家族と話そう～口から食べられなくなったときのこと～	認定看護師	講義
	21	ラテックスアレルギーと食べ物について	看護師	講義
サプリメント	22	くすりとサプリメントと健康食品　～違いってなに？～	薬剤師	講義
くすり	23	ジェネリック医薬品Ｑ＆Ａ	薬剤師	講義
	24	知ってたら得する　～くすりと食べ物　飲み合わせ～	薬剤師	講義
	25	正しくくすりをのむために　～お子様編～	薬剤師	講義
	26	正しくくすりを使うために　～目薬編～	薬剤師	講義
	27	正しくくすりを使うために　～吸入薬編～	薬剤師	講義
	28	あなたの頭痛にあう くすり	薬剤師	講義
	29	眠りのための おくすりの話	薬剤師	講義
	30	糖尿病のくすりの話	薬剤師	講義
	31	お通じにかかわる くすりの話	薬剤師	講義
	32	知って役立つ おくすり学（薬の解説）	薬剤師	講義
救急	33	人生会議をしよう　～アドバンスケアプランニング（ACP）～	看護師	講義
	34	一次救命処置　～大切な人のもしもの時に備える～	看護師	講義・実技
	35	心臓病の予防・ケア（心筋梗塞・不整脈・狭心症など）	看護師	講義
	36	熱中症の予防	看護師	講義
	37	脳卒中の予防	看護師	講義
感染予防	38	インフルエンザと予防	看護師	講義・実技
	39	食中毒の予防	看護師	講義・実演

松下記念病院　出前講座

一般市民向け

テーマ	番号	講座名	講師	形式
介護	40	スキンケア・乾燥肌の予防	看護師	講義
	41	身体に優しい介助方法	リハビリ	講義・実技
	42	高齢者の「粗食」にご用心！　～体力低下を防ぐ食事～	管理栄養士	講義
	43	正しく薬をのむために　～お年より編　援助と工夫～	薬剤師	講義
	44	認知症のおくすりについて	薬剤師	講義
	45	介護保険ってなあに	医療ソーシャルワーカー	講義
	46	認知症のケアとサポート　～身近な人が認知症になったら～	医療ソーシャルワーカー	講義
検査	47	病理検査とは　～体の構造・病理検査～	臨床検査技師	講義
	48	生理検査とは　～心臓のお話・超音波検査でわかること～	臨床検査技師	講義
	49	輸血検査とは　～血液型のお話～	臨床検査技師	講義
	50	一般検査とは　～尿便検査からわかること～	臨床検査技師	講義
	51	血液検査とは　～血球のお話・凝固のお話・血液の病気～	臨床検査技師	講義
	52	生化学免疫検査とは　～糖尿病のお話・癌検査の落とし穴～	臨床検査技師	講義
がん	53	緩和ケアとは	看護師	講義
	54	抗がん剤による副作用のケア（嘔気・皮膚障害など）	看護師	講義
	55	抗がん剤治療ってなあに？	薬剤師	講義
	56	骨のがんとリハビリテーション	リハビリ	講義
	57	緩和ケアとリハビリテーション	リハビリ	講義
手術	58	手術後早く良くなるポイント	看護師	講義
	59	手術室はどんなところ？	看護師	講義
その他	60	糖尿病のおはなし	臨床検査技師	講義
	61	自宅でできる呼吸体操	リハビリ	講義･実技
	62	骨粗鬆症とリハビリテーション	リハビリ	講義･実技
	63	心不全再発予防のための生活管理	リハビリ	講義･実技
	64	心臓リハビリテーション	リハビリ	講義

留意点

- ホームページより指定の申込書を印刷、ご記入のうえ、FAXにてお申込み、もしくは右のQRコードより問い合わせフォームへご依頼ください。
- **お申込みは２ヶ月前**を目処にお願いします。
- 候補日（平日）を２～３日ご用意ください。
- 参加人数は20人以上を目安にお考え下さい。
- 所要時間は1講座につき60分程度ですが、調整可能ですのでご相談ください。
- 当講座は無料です。講座に必要な備品、資料印刷についてはご準備お願いします。
- 営利目的の活動にはご協力できない場合もございます。ご了承ください。

お申込み・お問合せ先

松下記念病院　患者支援連携センター

TEL：06-6992-5373　FAX：06-6992-6697