



安来市立病院

2024

出前講座

病気は予防が大切！

そのためには正しい知識を得ることが重要です。
当院の専門医師、看護師、スタッフがわかりやすくお話しします。
各種会合やグループでのお集まりにお声がけください。

出前講座メニューは裏面をご覧ください！

お申込み
お問い合わせ

〒692-0404 安来市広瀬町広瀬1931
安来市立病院 経営管理課（担当：御輿）
0854-32-2121(代表)



↑↑↑
こちらでも確認できます

令和6年度 安来市立病院 出前講座メニュー

(所要時間90分程度)

No	講座名称	講座の内容	担当部署
1	院長と語ろう	「からだのこと」「健康のこと」「これからの病院のこと」について、みなさんと一緒に語りましょう。	
2	健康に過ごすために ①誤嚥(ごえん)性肺炎予防	誤嚥(ごえん)性肺炎を防ぐための生活習慣についてお話しします。	看護部+セラピスト
3	健康に過ごすために ②骨粗鬆症(骨粗しょう症)予防	骨粗鬆症(骨粗しょう症)の知識、予防方法などについてお話しします。	
4	健康に過ごすために ③逆流性食道炎について	逆流性食道炎を防ぐための生活習慣についてお話しします。	
5	健康に過ごすために ④暑い日の過ごし方	夏だけでなく、熱中症予防の話についてお話しします。	
6	健康に過ごすために ⑤寒い冬の過ごし方	寒い冬のヒートショック予防についてお話しします。	看護部
7	健康に過ごすために ⑥腎臓の話	腎臓のはたらき・透析についてお話しします。	
8	生活習慣病について	糖尿病に関する専門の知識と技術を持った看護師が生活習慣病の予防法や糖尿病のケアについてお話しします。	
9	認知症の方とのコミュニケーションの取り方について	認知症の方との日々の生活の中でのコミュニケーションの取り方についてお話しします。	
10	感染対策について(一般の方向け) ～感染症から身を守ろう!～	新型コロナウイルス、インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症から身を守るための基本的な感染対策についてお話しします。	感染対策室
11	感染対策について(施設職員様向け)	感染対策の基本的な考え方、手指衛生、個人防護具の適正使用など施設における感染対策について必要に応じて実技を交えながらお話しします。	
12	薬の基本的な話	薬の種類、先発医薬品とジェネリック医薬品(後発医薬品)、薬の効果と副作用、薬の使い方や飲み方など、薬についての一般的な内容を解説します。薬の量や飲み方を守らないといけない理由などがわかっているだけのものでしょうか。	医療技術部 (薬剤室)
13	ジェネリック医薬品について	ジェネリック医薬品(後発医薬品)が発売されるまでの流れや製造方法の違い、種類、なぜ安いのかなどについてわかりやすく説明します。	
14	超音波検査でわかること	超音波検査でどんなことがわかるのかをわかりやすくお話しします。	医療技術部 (検査室)
15	睡眠時無呼吸症候群の検査について	睡眠時無呼吸症候群の検査についてわかりやすくお話しします。	
16	健康食について	健康食についてご要望に合わせた内容でお話しします。お気軽にご相談ください。	医療技術部 (栄養管理室)
17	CT検査・MRI検査で体の中を覗いてみる ～何が見え、何がわかるのか～	体内の微細病変を映し出す高性能機器を紹介します。	医療技術部 (放射線技術室)
18	口腔、嚥下機能予防講座	美味しく食べて口腔機能を保つことで誤嚥性肺炎や認知症の予防にもつながります。口腔機能のチェックや体操を行ったり、口腔ケアや食事介助についてわかりやすくお話しします。	
19	運動教室①膝痛・腰痛体操	膝痛・腰痛などの症状や原因を解説し、関節痛を予防する方法などわかりやすくお話しします。	椅子必要
20	運動教室②こけない体体操	昔なじみの童謡に合わせて手足を動かす簡単な体操です。正しい運動方法を学んでいただけるよう丁寧に話します。	椅子必要
21	運動教室③セラバンド運動	ゴムバンドを使い手足や体幹筋を鍛える運動です。正しい運動方法を学んでいただけるよう丁寧に話します。	椅子必要
22	運動教室④転倒予防	転倒による骨折で寝たきりとならないために必要な知識や健康寿命を延ばすことの大切さなどわかりやすくお話しします。	椅子必要
23	運動教室⑤フレイルについて	健康寿命を延ばすために必要なフレイル予防について、わかりやすくお話しします。	椅子必要
24	知って得する健診の受け方	後期高齢や国保、家族の扶養など加入されている健康保険の種類別にどんな健診が受けられるかお話しします。	
25	どうしたらいい?“おとなのワクチン”	带状疱疹ワクチンや無料でできる風しんの検査とワクチンについて、その内容や手順について説明します。	地域医療部 (健康推進室)
26	在宅訪問って何が出来るの?	訪問診療、訪問看護、訪問リハビリ、訪問栄養について、内容や利用方法を簡単にお話しします。	
27	病院の現状について (経営状況・公立病院の役割)	病院の経営状況などについてわかりやすく説明します。	事務部 (経営管理課)