

# 山形徳洲会病院 がオススメする 医療と介護予防の健康教室

令和7年 9月～



すぐにでも活かせる医療知識、健康に関するアドバイス、最新医療のしくみ、など医師や病院専門分野のスタッフがわかりやすく解説します。健康増進、疾病予防、町内会講習、職場での研修、学校での課外授業、PTA研修 等にご利用ください。

| (例) テーマ                                                                                                                   | 講師                      |                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------|
| おとこの更年期障害 / 知っておきたい尿もれのはなし<br>前立腺のはなし など                                                                                  | 泌尿器科                    | 笹川 五十次<br>(院長) |
| 脳卒中と認知症(アルツハイマー病)の予防<br>など                                                                                                | 脳神経外科                   | 天竺 雅春<br>(副院長) |
| 読書のススメ / 認知症予防                                                                                                            |                         | 松田 憲一朗         |
| 脳卒中の予防 / 勉強と教育 など                                                                                                         |                         |                |
| しあわせに年を重ねる秘訣 ～運動の効用～<br>アンチエイジング ～運動の効用～<br>膝の痛みの原因と治療法 / スポーツ傷害とその予防法 など<br>変形膝関節症と治療方法について<br>～原因から再生医療・手術(最新の術式)まで～ など | 整形外科                    | 大沼 寧<br>(副院長)  |
| 健康で生活するために～骨粗しょう症の治療と骨折予防～<br>災害医療について など                                                                                 |                         | 富樫 栄太          |
| サルコペニア、フレイルの予防と健康寿命について<br>日々の運動習慣について など                                                                                 |                         | 秋山 優人          |
| お口の中の健康が健康寿命を延ばす<br>骨粗しょう症と口腔外科治療～骨の薬を飲んでいても抜歯できるの など                                                                     | リハビリテーション科              | 高橋 里佳          |
| もの忘れと認知症について / 認知症患者との関わり方<br>認知症予備軍のために当院が取り組む治験(新薬の開発)について<br>加齢による脳の変化とヒヤリハット!<br>治験のはなし(どんなことをするの?) など                | 歯科口腔外科                  | 田中 俊昭          |
| コレステロール、上手く付き合えば怖くない!<br>めざせ! いきいき100歳 ～人間ドックの大切さを学ぼう～<br>睡眠と健康～運転への影響を考える～ など                                            | 臨床試験センター<br>認知症ケア専門士    | 志済 美樹          |
| アレルギー対応(慌てずにエピペンを使うために)<br>慢性腎不全ってどんな病気?<br>生活習慣病(高血圧症、糖尿病)と、その予防<br>災害医療のリアル～TMAT隊員から見た災害現場～ など                          | 健診センター<br>保健師           | 村林 若奈          |
| 家庭でできる簡単リハビリ体操 / 腰痛・肩こり・膝痛予防体操<br>子供口コモ 予防・改善プロジェクト<br>介護の工夫(着替え、食事等)<br>めざせ元気な身体づくり 実践!!<br>ことばのリハビリ など                  | 看護師                     |                |
|                                                                                                                           | 理学療法士<br>作業療法士<br>言語聴覚士 |                |

裏面もご覧ください⇒

# 山形徳洲会病院 がオススメする 医療と介護予防の健康教室2

令和7年 9月～

| (例) テーマ                        | 講師                             |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| 正しいお薬の飲み方について                  | 薬剤部                            | 薬剤師                            |
| 骨粗しょう症のお薬について など               |                                |                                |
| 痛くない！新しい乳がん検査のススメ              | 放射線科                           | 診療放射線技師                        |
| 脳ドックでなにがわかるの？ / 病院でできる検査の種類 など |                                |                                |
| 動脈硬化と予防について など                 | 検査科                            | 臨床検査技師                         |
| 夏場（冬場）の水分補給                    | 栄養管理室                          | 管理栄養士                          |
| 骨を丈夫にする食事                      |                                |                                |
| 高齢者に必要な栄養と食事のポイント など           |                                |                                |
| 効果的な歯のみがき方 など                  | 歯科口腔外科                         | 歯科衛生士                          |
| 自宅でできるロコモ予防                    | 介護福祉士                          | 押野 俊一                          |
| 手に入れよう！運動習慣                    |                                |                                |
| みんなで楽しむいきいき体操 など               |                                |                                |
| わかりやすい！介護保険申請から利用までの流れ         | 介護支援専門員<br>(ケアマネージャー)          | 小松 慶多                          |
| 介護保険どんなサービスがあるの！？ ～各サービスの特色など～ |                                |                                |
| 在宅医療についてのお話 など                 |                                |                                |
| 心肺蘇生とAEDを用いた電気ショック             | 日本赤十字社<br>救急法指導員               | 樋口 秀一                          |
| 乳幼児に対する心肺蘇生とAEDを用いた電気ショック      |                                |                                |
| 気道異物除去（のどに物を詰まらせた時の対処法）        |                                |                                |
| ケガをした人の搬送方法 など                 |                                |                                |
| 歌って健康！声を出せば心も体も若返る             | 山形オペラ協会演奏会会員<br>山形県少年少女合唱団指導者  | 大沼 麻子                          |
| 懐かしい歌で元気復活！童謡・唱歌と健康法           |                                |                                |
| 歌は最高の健康法～心と体のリハビリに～ など         |                                |                                |
| ウォーキングのススメ                     | メディカルフィットネス<br>＋スパ<br>『ラ・ヴィータ』 | 保健師<br>健康運動指導士<br>スポーツインストラクター |
| 腰痛・肩こり・膝痛改善体操 / スッキリ！健康体操      |                                |                                |
| ※現在、お受けしておりません※ など             |                                |                                |

※ この『医療講演テーマ集』と『依頼書（初回連絡用）』は山形徳洲会病院ホームページの「医療講演」のバナーからも入手できます。

※ ご依頼はスケジュールの都合上、**3ヶ月前を目処**にお願いします。

※ できるだけ**午後2時から4時の間**での開催をお願いします。

## 【お問い合わせ】

山形徳洲会病院 地域医療部  
(担当：土田、樋口)

TEL. (023)647-3434 (代)  
FAX. (023)609-0220(直)  
E-Mail info@yamatoku-hp.jp

まずは、「初回連絡用依頼書」  
に必要事項を記入して、FAX  
をお願いします！

