

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	講座の内容	担当部署	所要時間
1	高脂血症・脂肪肝について	肝臓に中性脂肪が多く蓄積することで動脈硬化や心臓病を引き起こす危険性が増加します。危険性や予防対策を解説します。	内科	30分～40分
2	胃潰瘍・十二指腸潰瘍について	胃潰瘍・十二指腸潰瘍が起こる原因や早期治療の大切さについて説明します。	内科	30分～50分
3	肝炎・肝硬変について	肝炎・肝硬変について、原因と予防、症状と治療方法などを説明します。	内科	30分～50分
4	胆石症の内視鏡的治療について	胆のうや胆管にできる結石の原因・症状・診断と現在主流となっている内視鏡的治療について説明します。	内科	30分～40分
5	消化管癌の内視鏡的検査と治療について	胃・小腸・大腸粘膜の病変部を直接観察できる内視鏡検査と治療について、その特徴と有効性について解説します。	内科	50分
6	経鼻内視鏡について	内視鏡検査を経験された方の9割の方が「次回も鼻から」と希望される経鼻内視鏡の特長について説明します。(No.49とセット)	内科 (看護部)	30分
7	胃瘻について	口から食べ物を摂れない人の為に腹部を切開して胃のあたりの皮膚に孔を開ける処置としての「胃瘻」について解説します。	内科	30分～40分
8	大腸のおはなし	大腸と腸内細菌のはたらきと便秘下痢の対策について説明します。	内科	30分
9	ヘリコバクター・ピロリ菌と胃がん	ヘリコバクター・ピロリ菌が引き起こす色々な病気と胃がんについて、診断法と治療法をあわせてわかりやすくお話しします。	内科	30分～40分
10	新しいC型肝炎、B型肝炎治療について	最近行われるようになってきた新しい肝炎治療について、特にインターフェロンを使わず飲み薬だけで治療する新しいC型肝炎の治療についてお話しします。	内科	30分～40分
11	小腸、大腸のカプセル内視鏡検査について	これまで行われてきた小腸カプセル内視鏡検査に加えて、最近大腸カプセル内視鏡が登場し、大腸がん検診にも使われています。身近になってきたその検査の方法や特徴についてお話しします。	内科	30分
12	狭心症について	日本人に多い冠攣縮性狭心症について、原因と予防、症状と治療方法などについて説明します。	内科	30分～50分
13	うっ血性心不全について	うっ血性心不全について、原因と予防、症状と治療方法などを説明します。	内科	30分～40分
14	様々な高血圧症について	適切な治療をせずに放置しておく、脳や心臓、腎臓、目などに重大な合併症を生じる可能性がある高血圧症について説明します。	内科	50分
15	スポーツと突然死	スポーツ選手や一般の方でも練習中や競技中に急死する例が時折見られます。原因の多くが心臓麻痺ですが、これを未然に防ぐ方策について考えます。	内科	30分
16	災害医療について	熊本大地震が記憶に新しいものですが、対応する側の医療能力を上回るほど多数の医療対象者が発生した際に行われる災害時の急性期・初期医療について考えます。	内科	30分～40分
17	糖尿病と心臓（大血管障害）	心臓におこる糖尿病の合併症について説明します。	内科 (糖尿病)	30分～60分
18	糖尿病と胃腸の病気	胃腸におこる糖尿病の合併症について説明します。(胃もたれ、下痢や便秘、大腸癌も糖尿病の方の合併症です。)	内科 (糖尿病)	30分～60分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	講座の内容	担当部署	所要時間
19	子供の感染症 ～学校で流行する病気～	インフルエンザ、水ぼうそうなど学校、保育所で流行する疾患の特徴や対策について説明します。	小児科	30分～60分
20	ワクチンについて ～病気は予防が大事～	BCGから最近話題の肺炎球菌やヒブワクチンまで、予防接種についてわかりやすく説明します。	小児科	30分
21	子供の発達について ～気になる行動を見逃さないで～	言葉が遅い、歩かない等、気になる行動のうちで、子どもの発達の個人差で済ますことの出来ない行動について説明します。	小児科	30分
22	子供の救急疾患について ～こんな症状はすぐ病院へ～	急な発熱、けいれん、腹痛などの症状のうち、特に注意をするポイントについて説明します。	小児科 (看護部)	30分～60分
23	乳がんについて	乳がんの兆候と検査及び診断の方法や、薬・抗がん剤・放射線などの最新の治療方法について解説します。	外科	30分～60分
24	癌の予防・早期発見・治療について	癌対策における予防や早期発見の重要性及び最新の治療方法などの情報提供により、がん検診受診の重要性とがん治療について理解を深めていただきます。	外科	30分～60分
25	禁煙の勧め、最近の禁煙方法	禁煙を確実にを行うための「禁煙外来」の紹介と具体的な治療方法について説明します。	外科	30分～60分
26	脳卒中を知る（基礎編）	脳卒中という病気の正しい理解についてわかりやすく解説します。	脳神経外科	60分
27	脳卒中に克つ(予防編)	脳卒中にならないために、また、再発を予防するために必要なことをわかりやすく解説します。	脳神経外科 (看護部)	60分
28	脳卒中に挑む（治療編）	生活に不便をもたらす、後遺症をきたす脳卒中に対しての内科的・外科的治療をわかりやすく解説します。	脳神経外科	60分
29	骨粗しょう症について	骨粗しょう症の症状、原因を知り、治療方法や予防について解説します。	整形外科	30分
30	よく分かる腰痛について	腰痛の原因と関連する病気とその症状、一般的な治療法について説明します。	整形外科	30分
31	アトピーじんましん皮膚のアレルギー	皮膚のアレルギー疾患の検査や治療について説明します。	皮膚科	30分～50分
32	皮膚がんについて	ほくろのがんをはじめとする皮膚がんの診断や治療について説明します。	皮膚科	30分
33	高齢者の皮膚病	介護に役立つ高齢者の皮膚病（疥癬、じょくそうなど）について説明します。	皮膚科	30分～40分
34	足によく見られる皮膚病	みずむし、まき爪など、身近な足のトラブルや、さまざまな足の皮膚病について説明します。	皮膚科	30分～40分
35	子どもの皮膚病	小児にみられる皮膚病について、治療や生活の注意などを説明します。	皮膚科	30分～40分
36	尿路結石と治療	結石が出来る場所や仕組み、治療方法を解説します。	泌尿器科	60分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	講座の内容	担当部署	所要時間
37	白内障について（目の病気のお話）	白内障の進行と治療・手術について説明します。	眼科	60分
38	お口の衰えは老化の入口 ～知ってください、オーラル・フレイル～	歯・口腔機能の虚弱は加齢性筋肉虚弱症、運動器症候群の前兆になり得るため、食環境の悪化から始まる筋肉減少を経て生活機能障害に至る「オーラル・フレイル」防止について説明します。	歯科口腔外科	30分～50分
39	食べることは命を守ること ～介護予防で大切な口腔管理～	お口から食事をいただく「経口摂取」。これがいかに大切か。高齢になるにつれて出てくる関連症状のお話と、予防方法・心構えについてお話します。	歯科口腔外科	20分～30分
40	知ってますか？震災後肺炎	奈良県においても、地震・土砂災害などの大規模災害の可能性が高まっています。被災した時に心掛けてほしいこと、震災後肺炎についての問題を歯科の立場からお話します。	歯科口腔外科	20分～30分
41	口腔細菌と全身疾患の関連性	現在までの研究で、口腔細菌による心臓病、動脈硬化、糖尿病など、全身への影響が注目されています。どのような口腔内が危ないのか、どう予防すれば良いか解説します。	歯科口腔外科	20分～30分
42	心肺蘇生法 ～救える命を救いましょう～	救命措置としての心肺蘇生法とAEDの使用方法について説明します。	麻酔科	30分～60分
43	切らずに治る！家でも治せる！！ I V R（アイ・ブイ・アール）って知ってますか？	高齢者にやさしい、新しい治療法（I V R）について紹介します。	放射線科	30分～40分
44	自分の体は自分で守る	感染防止の基礎知識と技術を解説します。 手洗いははじめとする自宅での感染予防について説明します。	看護部	30分～60分
45	自宅でできる健康管理	高齢者とその家族に対してのお口のケアの必要性や脱水症予防について説明します。	看護部	30分
46	飲み込みの障害のある方が自宅でできる肺炎予防	食事の祭によくむせる方は、肺炎となる可能性が高くなります。肺炎予防のためのお口のケア、食事介助の方法、食事の工夫について説明します。	看護部	30分
47	ロコモティブシンドロームの予防 ～高齢になっても自分の足で歩こう～	足腰の衰えは40歳を過ぎると始まります。寝たきりや要介護・要支援のリスクを減らすため、運動機能の衰えをチェックし足腰を強くする運動について説明します。	看護部	30分～40分
48	家族でできるエンゼルケア	大切な人とお別れするためのエンゼルケア（死後の身支度）についてお話します。	看護部	60分
49	安心して内視鏡検査を受けていただくために	内視鏡検査を安心してうけていただけるよう説明します。 (No.6とセット)	看護部	20分
50	がん看護専門外来の紹介	がん患者さんやご家族の療養上の不安や悩み事を相談できる専門外来について説明します。	看護部	30分
51	在宅での介護に役立つ知識	自宅での介護の中で、知っていれば役に立つ方法を紹介し、体験してもらいます。	看護部	40分～60分
52	手術を受ける前に知っておくとよいこと	安心して手術を受けられるために －手術室の紹介、手術室看護師の役割、手術に対するQ&A－についてお話します。	看護部 手術室	60分
53	薬の正しい知識	薬の服用方法、軟膏の塗り方、湿布薬の貼り方について説明します。	薬剤部	30分
54	健康食品と薬	健康食品と医薬品との違い、注意事項を説明します。	薬剤部	30分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	講座の内容	担当部署	所要時間
55	糖尿病早期発見のために行う検査および糖尿病薬の飲み方について	糖尿病の診断や合併症の評価のために行う検査および血糖自己測定器の必要性について説明します。どうしてこの薬は食前なの？など、薬についてのあなたのギモンにお答えします。	臨床検査部 薬剤部	60分
56	血液検査で何がわかるか	肝機能・腎機能・血糖値など血液から様々な情報が得られます。検査の項目と意義についてわかりやすく説明します。	臨床検査部	30分
57	心電図検査で何がわかるか	動悸、息切れ、胸痛などの経験はありませんか？心臓では何が起きているのでしょうか？検査の立場から心電図を解説します。	臨床検査部	30分
58	腹部超音波（腹部エコー）で何がわかるか	腹部の何を見ているのか？またどのように見えているのか？検査を行う意義をわかりやすく説明します。	臨床検査部	30分
59	乳がん検診について	乳がん早期発見のためのマンモグラフィー検査や検査内容について説明します。	放射線部	30分
60	骨密度検査について	骨密度を測ることは、骨そしょう症予防・治療の第一歩です。検査内容について説明します。	放射線部	30分
61	転倒予防のリハビリテーションについて	高齢者に多い転倒の原因を説明し、転倒予防に役立つリハビリ体操を紹介します。	リハビリ テーション部	30分～60分
62	ロコモティブシンドロームとリハビリ	運動器の障害による移動機能の低下した状態の改善や予防のために、わかりやすくリハビリを説明します。	リハビリ テーション部	30分～60分
63	メタボリックシンドロームとリハビリ	メタボリックシンドロームの説明と、それに対する運動習慣の必要性と運動内容を説明します。	リハビリ テーション部	30分～60分
64	サルコペニアとリハビリ	サルコペニアは進行性および全身性の骨格筋量および骨格筋力の低下を特徴とする症候群を言います。それに対する運動を説明します。	リハビリ テーション部	30分～60分
65	病気を抱えながら在宅で生活する方法について	療養を必要とする方に対して在宅生活を可能にする方法について説明します。	地域医療連携室	30分
66	自分らしく終末期を迎えるには	終末期を自宅で過ごしたいと考える方も多くはまずです。残された時間を大切な御家族や御友人と過ごすため、自宅訪問診療・訪問看護を受け、自分らしく終末期を迎えられる方法があります。実際の事例を通して、健康なうちから、自分らしい終末期の迎えかたを考えませんか。	在宅医療 支援センター	30分
67	病院受診について	診療報酬のしくみ、医療費の計算方法などについて説明します。	医事課	30分
68	足のお手入れしてますか？ ～糖尿病の方こそフットケアを！～	糖尿病の方がなぜ足の手入れが必要なのか。また、爪の切り方や足を見るポイント、日常生活で心がけることについて説明します。	糖尿病部会 (看護部)	30分
69	糖尿病とつきあう	糖尿病の症状・診断・治療法や糖尿病とつきあっていく為の日常生活における注意点を解説します。	糖尿病部会 (看護部)	60分
70	今日からできる！食事療法と運動療法	糖尿病を中心とした、生活習慣病の予防と改善のために、食事のアドバイスと運動のポイントをお伝えします！	糖尿病部会	60分
71	新たな国民病「慢性腎臓病」 ～あなたの腎臓、大丈夫？～	慢性腎臓病の知識と気をつけたい生活習慣、食生活について説明します。	CKD部会	60分