

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	説明の内容	担当部署	所要時間
1	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。	循環器内科	50分
2	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。	循環器内科	40分
3	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と、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。	循環器内科	50分
4	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。	循環器内科	30分
5	閉塞性動脈硬化症について	足の血管が細くなり、最後には足が壊死してしまう閉塞性動脈硬化症についてわかりやすく説明します。	循環器内科	30分
6	下肢静脈血栓症について	エコノミー症候群としても知られている病気で、足の静脈に血の塊ができ、突然死の原因ともなる病気です。予防や治療も含め、わかりやすく説明します。	循環器内科	30分
7	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。	循環器内科	60分
8	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。	消化器内科	60分
9	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。	消化器内科	50分
10	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。	消化器内科	50分
11	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。	消化器内科	40分
12	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。	消化器内科	50分
13	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。	消化器内科	30分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	説明の内容	担当部署	所要時間
14	胃瘻について	口から食べ物を摂れない人のため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。	消化器内科	40分
15	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。	消化器内科	30分
16	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様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。	消化器内科	40分
17	逆流性食道炎（GERD:胃食道逆流症）について	近年、わが国において、H. pylori感染率の低下における胃内環境の変化や肥満、高齢化に伴い消化性潰瘍は減少し、胃食道逆流症（GERD）が増加しています。症状や治療について説明します。	消化器内科	30分
18	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。	消化器内科	40分
19	「かぜ症候群」抗菌薬は有効？	「風邪」には鼻風邪、のど風邪、咳の風邪、おなかの風邪など様々あります。抗菌薬は有効なのでしょうか？などについて解説します。	感染症内科	30分
20	「蚊」による感染症にご注意を	夏場にうっとうしい蚊。やっかいな事に最近蚊を媒介した感染症が報告されています。薬はありますか？ワクチンは？注意する内容は？などについて解説します。	感染症内科	30分
21	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	60分
22	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
23	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できない行動について説明します。	小児科	30分
24	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	60分
25	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	60分
26	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	60分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	説明の内容	担当部署	所要時間
27	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	60分
28	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
29	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。	看護部	60分
30	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
31	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
32	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
33	STOP熱中症	深刻な脱水状態を防ぐことで、熱中症で重症化される人をゼロにするための、予防方法などについて、わかりやすく説明します。	整形外科	45分
34	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
35	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	40分
36	尿路結石と治療	結石ができる場所やしきみ、治療方法を解説します。	泌尿器科	30分
37	男性の排尿障害（前立腺肥大症を中心に）	男性における排尿障害について、病態と治療方法を解説します。	泌尿器科	40分
38	子宮頸がんから身を守るためには	子宮頸がん対策にとっては、早期発見が非常に重要です。子宮頸がんの基礎知識と、早期発見の“カギ”となる子宮がん検診についてお話しします。	産婦人科	30分
39	女性の尿漏れや頻尿について	尿漏れや頻尿でお困りではないですか？婦人科医の立場から、役に立つ情報を紹介します。	産婦人科	30分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	説明の内容	担当部署	所要時間
40	骨盤臓器脱（性器脱）をご存知ですか？	子宮脱や膀胱瘤といった骨盤臓器脱（性器脱）は決して珍しい病気ではありません。どのような治療があるのか、自分でできることはないか、など最新の情報を詳しくそして優しくお話しします。	産婦人科	30分
41	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	50分
42	切らずに治る！ 外来でも治せる！ IVR（アイ・ブイ・アール）って知ってますか？	ききめが早い！ からだにやさしい！ がんから救急まで色々な病気の治療に用いられるIVRについて紹介します。	放射線科	40分
43	リウマチかな？ その診断と治療の進歩	手や足などが腫れて痛くなり、関節変形が生じる関節リウマチの治療は近年非常に進歩しており、早期の適切な治療でほぼ治る病気になっています。	リウマチ・運動器疾患センター	60分
44	ロコトレで転倒予防をしましょう	ロコモティブシンドロームを説明し、転倒予防に役立つ生活・リハビリ・栄養をわかりやすく説明します。	リウマチ・運動器疾患センター	60分
45	野球肘予防教室	少年期に起こりやすいスポーツ障害の野球肘を説明・チェックし、その予防方法を紹介します。	リウマチ・運動器疾患センター	60分
46	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いはずですが、残された時間を大切な家族や友人と過ごすため、訪問診療・訪問看護を受け、自分らしく終末期を迎える方法があります。実際の事例を通し、健康なうちから、自分らしい終末期の迎え方を考えませんか。	在宅医療支援センター	30分
47	緩和ケアをご存知ですか？	がんや緩和ケアに関するお話。がんの痛みについて等のお話をさせていただきます。	がん相談支援センター	90分
48	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	60分
49	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
50	飲み込みの障害のある方が自宅でできる肺炎予防	食事の際によくむせる方は、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
51	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）についてお話しします。	看護部	60分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	説明の内容	担当部署	所要時間
52	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	60分
53	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－についてお話しします。	看護部	60分
54	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
55	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
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？心臓では何が起こっ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	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	60分
60	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	60分
61	レントゲン検査するけど被ばくは大丈夫？お答えします	病院におけるX線検査の被ばく線量と安全性をわかりやすく簡単な言葉で説明し、安心して検査を受けてもらえるように理解してもらいます。	放射線部	30分
62	病気を抱えながら在宅で生活する方法について	介護保険制度や訪問診療・訪問看護を利用して在宅療養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
63	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
64	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。	DMA T	40分

「健康出前講座」メニュー

番号	テーマ名	説明の内容	担当部署	所要時間
65	避難所の開設、運営について	災害時には避難所で長期間滞在することが予想されます。避難所で起こりうる問題点などを詳しく説明し、健康を守るため、より良い避難所運営を行うための評価方法なども解説し、実習します。	DMA T	60分
66	災害時の健康管理について	災害時に避難生活の中でおこる健康の問題について予防方法などを解説します。また、南和における災害対応やDMAT活動について紹介します。	DMA T	40分
67	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。	糖尿病センター	30分
68	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ための日常生活における注意点を解説します。	糖尿病センター	60分
69	今日からできる！ 食事療法と運動療法	糖尿病の予防と改善のためにできることから始めましょう。管理栄養士から食事のアドバイスと作業療法士、理学療法士から運動のポイントをお伝えします！	糖尿病センター	60分
70	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。	糖尿病センター	60分
71	高血圧にご用心！糖尿病との深い関係	糖尿病は、予備軍を含めると患者数は国内で約2,500万人と言われ、まさに国民病とも言えます。糖尿病の人は血圧が高くなりやすく、40～60%が高血圧を合併しています。両者の関係や予防法、治療法につき解説いたします。	糖尿病センター	30分
72	高血圧についての豆知識 ～あなたは大丈夫ですか？～	腎臓と血圧は切っても切れない関係にあります。高血圧と腎臓機能低下が悪循環におちいる理由やその予防対策につき、わかりやすく解説します。	CKD・高血圧部会	30分
73	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・高血圧部会	60分