



# しんとし

参加費無料

予約制

# 健康セミナー

— 令和5年度 —

4

2023  
19

5

2023  
19

6

2023  
21

7

2023  
19

8

2023  
16

9

2023  
20

10

2023  
18

11

2023  
15

12

2023  
20

1

2024  
17

2

2024  
21

3

2024  
13

各日 13:15 ~ (開場 12:45 ~)

予約  
方法

予約制 (先着 15名)

☎ 045-911-8115

場所

横浜新都市脳神経外科病院  
西館 3階カンファレンスルーム

ご来院されましたら、正面入口横のインフォメーションセンターの職員にお声掛けください。(検温・体調確認をさせていただきます。)

## 当院の感染対策



予約制とし、他の参加者と距離をとってご参加いただけます。



講演の前後は十分な換気と消毒を行います。



体調確認・検温を行い、問題ない方のみご参加いただけます。

<p>4/19 (水) 言語聴覚士</p>	<p><b>自分や家族の嚥下をチェックして、誤嚥性肺炎を予防しよう</b> 嚥下障害は、食べ物や唾液がうまく飲み込めなくなり、栄養障害や脱水、肺炎を引き起こす障害です。脳の病気のほか、骨折や加齢など、いろいろな原因で起こります。セミナーでは、<b>嚥下障害の概要、チェック方法、予防・訓練</b>をお伝えいたします。</p>
<p>5/19 (金) 認知症 認定看護師</p>	<p><b>認知症って何？～知識から予防方法まで～</b> 「認知症って何？」「名前は知っているけど、どんなことが起きるの？」「予防はどうしたら？」そんな疑問を認知症認定看護師が解決します。簡単な講義で<b>認知症を知り予防をしましょう</b>。 ①認知症とは何？②物忘れと認知機能障害の違い③認知症の種類④予防</p>
<p>6/21 (水) 診療放射線 技師</p>	<p><b>知って得する？！当院のあたまたの画像検査</b> 頭の検査といっても行う検査は様々です。「どうしてこの検査なの？」「気軽に検査をして大丈夫？」そんな疑問や<b>検査の理由・安全性などに画像検査のプロがお答えします</b>。また、当日は質問コーナーを設けますので、些細なことでもお聞き下さい！一緒に安心できる検査を目指しましょう！</p>
<p>7/19 (水) 摂食・嚥下障害 看護認定看護師</p>	<p><b>知って安心！食事の形態と食事介助方法について</b> 脳卒中、加齢、認知症など様々な病気が原因で、飲み込みが難しくなる事を嚥下障害といいます。今まで食べられたものが食べにくくなったり、食事内容や食べ方に困った事はありませんか？今回はこのような<b>嚥下障害のある方への食事形態や介助する際のポイント</b>について説明いたします！</p>
<p>8/16 (水) 理学療法士</p>	<p><b>いつまでも元気に歩こう！転倒予防！</b> 加齢に伴い、バランス能力が低下し転倒しやすくなってしまいます。そこで今回は、いつまでも元気に歩けるよう<b>ご自宅で簡単にできる体操とそのポイント</b>をご紹介します。動きやすい服装でご参加下さい。</p>
<p>9/20 (水) 社会福祉士</p>	<p><b>ご存知ですか？介護保険</b> 介護保険は住み慣れた地域で暮らし続けるために利用できる制度です。「これまで元気で介護保険の名前は知っているけど、具体的にはよく分からない」そんな疑問をお持ちではないですか？<b>申請方法やサービスの内容、費用</b>などお伝えいたします。</p>
<p>10/18 (水) 管理栄養士</p>	<p><b>食事から腸内環境を整え、免疫力UPに繋げよう！</b> 免疫機能のカギを握るのは大腸や小腸等であることを知っていますか？数ある腸内細菌の中でもビフィズス菌や乳酸菌など善玉菌の割合を増やすことが免疫アップに繋がります。<b>善玉菌を増やすための「シンバイオティクス」を実践できる食事のポイント</b>をお伝えします。</p>
<p>11/15 (水) 感染管理 認定看護師</p>	<p><b>冬場に気をつけたい感染症と予防</b> 冬場は年齢を問わず様々な感染症が流行します。寒い季節も健康に過ごせるよう、話題の<b>感染症の予防や対策方法</b>をお話しさせていただきます。</p>
<p>12/20 (水) 脳卒中リハビリ テーション 看護認定看護師</p>	<p><b>脳卒中と予防について ～あなたと家族を脳卒中から守るために～</b> 脳卒中は脳の血管が詰まったり、破れたりすることにより、突然の麻痺や言語障害などの症状が発現した状態の総称です。脳卒中について、そしてならないため、また再発防止には何が大切かについて<b>日々の生活から予防する方法</b>をみんな考えていきましょう。</p>
<p>1/17 (水) 作業療法士</p>	<p><b>運動や脳トレを通して注意機能について知ろう</b> 集中を持続する、同時に2つ以上に注意を向けるなど、注意機能は日常生活に深くかかわっています。脳卒中などで生じる高次脳機能障害では、これらのことが難しくなることがあります。今回は<b>運動や脳トレを通して、注意機能について紹介</b>いたします。</p>
<p>2/21 (水) 薬剤師</p>	<p><b>解熱鎮痛薬について知ろう</b> 「風邪かな」、「体が痛い」など市販の解熱鎮痛薬を購入する際に、悩んだことはありますか。他の薬との飲み合わせ、<b>選ぶ際のポイントや服用する上で気をつけたい点、副作用</b>について紹介します。</p>
<p>3/13 (水) 臨床検査 技師</p>	<p><b>動脈硬化を知る検査 ～頸動脈エコー検査体験～</b> 生活習慣病・動脈硬化の進行具合はCavi検査、ABI検査や頸動脈エコー検査(超音波検査)でチェックできます。徐々に進行する<b>動脈硬化をどのように頸動脈エコー検査で確認できるのか実際に体験</b>してみませんか？</p>