

# けんこう 出前講座

敦賀医療センター  
のごあんない

国立病院機構 敦賀医療センター（旧：国立福井病院）では、地域のみなさまと一丸となって、敦賀市・三方郡の健康づくりをすすめるために、「けんこう出前講座」をはじめました。当院職員が地域のみなさまの集会等にかがって、健康づくりに役立つ、**最新の情報**をご紹介します。どうぞお気軽にご利用下さい。職員一同、みなさまのお申込をお待ちしています！！



敦賀市および三方郡の自治会、老人会、各種団体等。原則**10名以上**の集まり  
●ただし、政治・宗教・営利目的の集会を除きます。

平日**9:00～17:00** 土日祝・年末年始を除く  
●講師等の都合により調整させていただく場合があります。  
●開催希望日の2カ月前までにお申し込み下さい。

講座対象者のご希望の会場  
(出前エリア：**敦賀市・三方郡**)  
●会場借用の手続き、費用は申込者の負担となります。

**無料** 講師謝礼や交通費は無料です

裏面の申込書にご記入の上、下記へファックスでお申し込み下さい。

- 受付後、担当者から問合せのご連絡を差しあげます。
- 申込書は下記URLからもダウンロードできます。

<http://www.fukui-hosp.jp/html/medical/local/demae.html>

## お問合せ・お申込は



独立行政法人 国立病院機構  
**敦賀医療センター**

☎ 0770-25-1600 (代)

ファックス 0770-25-0354

対象

日時

場所

費用

申込

- 脳梗塞かなと思ったら・・・  
～脳梗塞の症状を発見しよう～
- 脳卒中の予防
- 動脈硬化とは？ - 血管の健康をチェック

- 骨粗しょう症の検査「骨密度測定」のお話
- 腰部脊椎管狭窄の診断と治療
- 首肩・腰・ひざのリハビリテーション
- 飲み込み障害と肺炎のお話
- 知らなきゃ 損々 足のおはなし

- 見て、学ぼう！ 転ばぬ先の転倒予防！
- 家庭介護に役立つ技術  
(安全で安楽な体の向き換え方、衣類の着脱、移動の方法、口腔ケア、横洩れしにくいおむつのあて方 など)
- 自宅で最期を迎える人に寄り添う時に
- 正しいお薬の飲み方・使い方
- 熱中症と夏バテを予防しよう
- 高齢者の栄養と食事
- 身近な感染症と予防策
- 心肺蘇生法をマスターしようBLS (成人)  
～あなたの大事な人を助けよう～

- 医療費を軽減するための制度  
～安心して治療を受けるために
- 住みなれたこの地域で、ずっと暮らすために  
～地域のサービスや介護保険を知ろう

ここに挙げたものはテーマの一例です。  
全テーマは別紙「けんこう出前講座テーマ一覧」をご覧ください。また、テーマのご要望がありましたら検討させていただきますのでお気軽にご相談下さい。

## おしながき

### 出前講座テーマの一例

- 生活習慣病のひとつ『がん』を正しく知ろう！
- がん検診の必要性
- 胃がんの診断・治療
- がん手術後の生活ポイント  
(胃・大腸など、がんの種類を絞ることができます)
- 大腸カメラ・胃カメラを上手に受けるには  
～カメラ検査はこわくない！～
- がん化学療法って何？
- がんと分かった時から始まる緩和ケア
- がんになっても仕事を続けるために  
～仕事と治療を両立するために知っておくこと
- 家族ががんになったとき  
～ご本人を支えるために知っておきたいこと
- がんを予防するための食生活
- 認知症の診断と治療
- 認知症の予防



地域医療連携室 **けんこう出前講座** 係

電話でのお問合せは、土日祝・年末年始を除く**9:00～17:00**にお願いいたします