



かわさき健康塾

地域の皆様が病気や医療について知識を深め、健康維持・増進、疾病の早期発見・早期治療に役立てていただけるよう、市民公開講座【かわさき健康塾】を開催しています。
かわさき健康塾は、2014年5月に神奈川県「未病を治すかながわ宣言」の協力企業取組活動として登録されました。

社会医療法人財団 石心会 川崎幸病院 定員になり次第受付終了とさせていただきます。
川崎市以外にお住まいの方もご参加いただけます。



2017年		7月		●一般講演 ●出張講演 ●心不全予防特別イベント ●さいわい鶴見健康塾		
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

心不全予防特別イベント 心不全から命を守れ！ ～正しく知れば怖くない！ 命を守る予防と治療～

開場予定時間
13:15
先着150名様
限定

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所
14金	14:00 ～ 16:00	そもそも心不全って どんな病気？ 原因となる5つの心臓病とは	川崎幸病院 循環器内科医師 和田真弥	ミュゼ川崎 シンフォニーホール 4F市民交流室 (150名)
		心不全の前兆！ 発症前のサインで早期発見を しよう	川崎幸病院 看護師 知久洋子 川崎幸病院 看護師 小間智恵美	
		心臓にやさしい 食事のヒ・ケ・ツ♪	川崎幸病院 管理栄養士 田内直恵	
		お家で実践！誰でもカンタン！ 心不全予防体操	川崎幸病院 理学療法士 / 主任 石井大輔	
		質疑応答 「やっぱり中屋に聞いてみよう！ 心臓のこと」	川崎幸病院 看護師 / 科長 中屋政人	

一般講演 (講演開始30分前開場予定です。どなたでもご参加いただけます)

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
6木	14:00 ～ 15:30	男女美脚への道 ～脚を出す機会が増える2017年夏だから～	川崎幸病院 血管外科医師 / 部長 光岡明人	第二川崎幸クリニック 3階 会議室 (50名)
		初登壇 話すこと、食べること、 リハビリすること。 ～言語聴覚士の役割について～	川崎幸クリニック 言語聴覚士 玉川美穂	
12水	14:00 ～ 15:30	アンコール講演 肩こり・腰痛対策体操	蒲田リハビリテーション病院 理学療法士 横山晋平	ミュゼ川崎 シンフォニーホール 4F 研修室1+2+3 (90名)
		ひざ痛予防 ～ひざに効く！膝・足指体操～	蒲田リハビリテーション病院 理学療法士 星野 樹	
18火	14:00 ～ 15:30	患者さんにやさしい手術を目指して ～低侵襲手術センターの紹介～	川崎幸病院 内視鏡外科医師 / 部長 低侵襲手術センター長 太田 竜	ミュゼ川崎 シンフォニーホール 4F 研修室1+2+3 (90名)
		初登壇 骨粗しょう症と大腿骨骨折	川崎幸病院 整形外科医師 角 雄一朗	
24月	14:00 ～ 14:45	元気になる体操実践編!!!	医療法人 啓和会 野末整形外科内科 介護予防室長 / 健康運動指導士 清水京子	ミュゼ川崎 シンフォニーホール 4F 研修室1+2+3 (90名)

さいわい鶴見健康塾 ●さいわい鶴見病院で開催している健康講座です。どなたでもご参加いただけます。

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
11火	15:00 ～ 16:00	あなたの心臓大丈夫ですか？ ～実は身近な心臓病の話～	川崎幸病院 診療放射線技師 齋藤一樹	さいわい鶴見病院1階 リハビリテーション室 (20名)
25火	10:00 ～ 11:00	初登壇 漢方薬を知ろう	さいわい鶴見病院 内科医師 金子明代	さいわい鶴見病院1階 リハビリテーション室 (20名)

出張講演 (主催団体の方々限定の講演となります) ●主催団体への直接のお問い合わせはご遠慮ください。

開催日	時間	テーマ	講師	主催団体
3月		五感を鍛える	川崎幸クリニック 臨床心理士 / 室長 稲富正治	NPO法人 神奈川県 ウォーキング協会
		AEDを用いた心肺蘇生法	川崎幸病院 看護師 / 科長 宮口貴子	
4火		やってみよう！ 身近なもので応急手当	川崎幸病院 看護師 松本 愛	学校法人 石渡育英学園 江川幼稚園
		産む前より、 キレイに元気になる体操	医療法人 啓和会 野末整形外科内科 介護予防室長 / 健康運動指導士 清水京子	殿町こども 文化センター
5水		腰痛のお話 ～姿勢と運動～	川崎幸クリニック 理学療法士 猪田佐和乃	カナケイ株式会社
6木		物忘れ改善の脳トレ	川崎幸病院 急性・重症患者看護専門看護師 集中ケア認定看護師 川村未樹	渡辺こども 文化センター
		スポーツドクターが教える！ 夏場のスポーツ活動について	川崎幸病院 整形外科医師 / 医長 朱田尚徳	川崎市立川崎 総合科学高等学校 全日制
7金		今すぐできる！誰でも簡単！ 肩こりに効く運動療法	川崎幸病院 理学療法士 武本知恵	日産自動車 健康保険組合 本社地区 健康推進センター
		スポーツドクターが教える！ 夏場のスポーツ活動について	川崎幸病院 整形外科医師 / 医長 朱田尚徳	川崎市立幸高等学校
10月		あなたは大丈夫？ 健康診断結果表から読み取る あなたの健康状態	川崎幸病院 臨床検査技師 / 科長 佐藤政延	野川生活学校
		小児歯科の新常識 ～子供の口の疑問解決します～	医療法人 R A I S E デンタルクリニックK 歯科医師 / 院長 齊藤 圭	川崎市立戸手小学校 PTA
11火		歯科衛生士が教える 歯磨きのポイント！	医療法人 R A I S E デンタルクリニックK 歯科衛生士 幸地葉月	浅田こども 文化センター
		【体験型】 気をつけよう！子どもの脱水 ～経口補水液を作ってみよう～	川崎幸クリニック 看護師 / 主任 小児アレルギーエドクター 望月勢津子	日産自動車 健康保険組合 追浜地区 健康推進センター
12水		検証！ コンビニめし&スイーツ	石心会法人事務局 食のサービス部 / 部長 管理栄養士 大川 清	子育て支援センター ろば
		子供の救急 ～心肺蘇生法～	川崎幸病院 看護師 / 科長 宮口貴子	川崎市 退職教職員の会
13木		不眠とストレスと 怒りに負けない心の整え方	川崎幸クリニック 臨床心理士 / 室長 稲富正治	川崎市 退職教職員の会
		子ども救急箱 ～けが別応急手当編～	川崎幸病院 看護師 / 主任 中澤亜希	川崎市教育委員会 幸市民館
19水		産む前より、 キレイに元気になる体操	医療法人 啓和会 野末整形外科内科 介護予防室長 / 健康運動指導士 清水京子	子育て 支援センターでの
20木				
21金				
27木				
31月				

【企業・町内会等、各種団体への「出張講演」を無料で承ります。】～まずはお気軽にご相談ください～
※ご希望の3か月以上前にご連絡ください。※内容によってはご希望に沿えない場合もございます。

いま求められる医療をもっと高めたい
社会医療法人財団 石心会



※講演テーマ・講師は予告なく変更になる場合もあるため、
最新の情報は川崎幸病院ホームページ <http://saiwaihp.jp/> でご確認ください。

かわさき健康塾についてのお問い合わせ先

TEL.044-542-7007



かわさき 幸コラム



心不全って何？

心不全ってどんな病気かご存知でしょうか？

心臓の機能が低下してしまうこと…ということは皆さん想像がつかないと思います。



では、何が原因で心不全になるのでしょうか？

心不全という名称は、高血圧、不整脈、心筋梗塞、弁膜症などの様々な疾患から引き起こされる病態の総称です。原因によってお薬による治療や手術をしなければいけない状態もありま

す。また、心臓は一度機能が低下してしまうと、元気な時の心臓の機能には戻りません。そのため、心不全は日常生活の些細なことがきっかけで症状が出現します。

例えば、足のむくみ、横になったら息苦しくて眠れない(起きていた方が楽)、体重増加、動機、息切れなどの症状が現れます。

このような症状を予防するには、日常生活で注意することがあります。今回の「心不全から命を守れ！～正しく知れば怖くない！命を守る予防と治療～」では、心臓のことや心不全を引き起こす疾患、起こりやすい症状、食事に関する注意点、日常でも簡単にできる運動などを循環器内科医師、看護師、栄養士、理学療法士がそれぞれの専門性をもとにわかりやすく説明してくれます。また、日頃の疑問・不安などにも各分野のプロがお答えいたします！

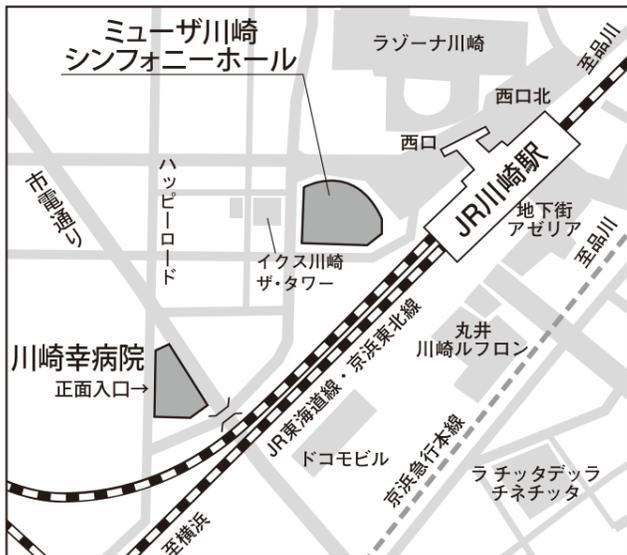
この機会に心臓や心不全について楽しく一緒に学びましょう

川崎幸病院 看護師/科長 中屋 政人

開催場所の地図をご覧になり、時間には余裕を持ってご来場ください。

●川崎幸病院

●ミュージザ川崎シンフォニーホール



●川崎幸病院
川崎市幸区大宮町 31-27
JR 川崎駅から徒歩 10 分、京急川崎駅から徒歩 18 分
●ミュージザ川崎シンフォニーホール
川崎市幸区大宮町 1310
JR 川崎駅から徒歩3分、京急川崎駅から徒歩 10 分

●第二川崎幸クリニック



徒歩：JR 川崎駅（西口）・京浜急行川崎駅徒歩 15 分
バス：JR 川崎駅西口57番バス乗り場より61系統元住吉行き乗車。幸警察署前下車
徒歩：JR 矢向駅徒歩 10 分
バス：JR 川崎駅行き乗車。幸警察署前下車

●さいわい鶴見病院



●JR 鶴見駅(西口)徒歩 5 分
川崎駅～鶴見駅約 3 分(JR 京浜東北線)
●京急鶴見駅(西口)徒歩 9 分
京急川崎駅～京急鶴見駅約 2 分(京急本線)
※時間帯によって多少異なる場合がございます。

外来受診を
ご希望の方は
右記へお問い合わせ
ください

川崎幸クリニック
第二川崎幸クリニック

川崎クリニック

さいわい鹿島田クリニック

予約
電話番号 044-511-2112

※予約電話番号は、川崎幸クリニック、
第二川崎幸クリニック共通です。

予約
電話番号 044-222-9259

予約
電話番号 044-556-2722

看護師・看護助手募集中!!

募集についてのお問い合わせ先

メールでのお問い合わせ kango-saiyou@saiwaihp.jp

看護部ホームページ http://saiwaihp-nurse.jp/

