



# みんなの健康塾

「かわさき健康塾」は、2018年9月より「みんなの健康塾」に名称を変更いたします。より多くの地域の皆様が、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開催してまいります。今後も「みんなの健康塾」をよろしくお願いたします。

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。どなたでもご参加いただけます。(※出張講演を除く)



2018年		9月					
日	月	火	水	木	金	土	日
							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

## 体験&参加型特別イベント みんなで身につけよう! 防災力

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
13 <sup>木</sup>	14:00 ~ 15:30	地震、豪雨から命を守る“防災力”を高めよう	ソフィア総合ナースステーション城南 災害看護専門看護師課程大学院修了 <b>今野知穂</b>	ミュージア川崎 シンフォニーホール 4F市民交流室 (100名)
		みんなでやろう! 静脈血栓症予防体操	川崎幸病院 看護師 / 防災対策チーム <b>加藤 学</b>	
		あら便利で簡単! やってみよう! 身近なもので応急手当	川崎幸病院 看護師 / 科長 / 防災対策チーム <b>小山明香</b> さいわい鶴見病院 看護師/部長代行/防災対策チーム <b>吉村まり子</b>	

## ドクター安島美保監修 プレミアム料理教室 血糖値が上がりにくいアジアランチ

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
26 <sup>水</sup>	11:00 ~ 14:00	もち麦でお腹満足! 彩り五色ビビンバ 海藻ときのこのスープ トマトと赤たまねぎのマリネ 低糖(豆)花(テイトウファー)	川崎幸病院 管理栄養士 <b>森山奈緒子</b> 川崎幸病院 管理栄養士 <b>佐野真由子</b> 川崎幸病院 管理栄養士 <b>森川貴子</b>	幸市民館 (川崎市幸区戸手本町1-11-2)

## 一般講演 (講演開始30分前開場予定です。)

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
4 <sup>火</sup>	14:00 ~ 15:30	血管年齢マイナス5歳をめざそう! マル秘若返りレシピ どこでもできる! 血管若返り体操	ハックベリー美しが丘店 管理栄養士 <b>榎本寿美玲</b> 川崎幸病院 理学療法士 / 主任 <b>高橋由佳</b>	ミュージア川崎 シンフォニーホール 4F研修室1+2+3 (90名)
21 <sup>金</sup>	14:00 ~ 15:30	肩こり・腰痛に良く効く ストレッチ 気功で健康長寿	川崎幸クリニック 理学療法士 <b>猪田佐和乃</b> 川崎幸クリニック 臨床心理士 / 室長 <b>稲富正治</b>	ミュージア川崎 シンフォニーホール 4F研修室1+2+3 (90名)
27 <sup>木</sup>	14:00 ~ 15:30	ほんとは怖い脂肪肝 糖尿病って、実は●●だった	第二川崎幸クリニック 消化器系総合診療科医師 <b>星岡賢英</b> さいわい鶴見病院 糖尿病看護認定看護師 <b>原田浩見</b>	第二川崎幸クリニック 3階会議室 (50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。

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
20 <sup>木</sup>	15:00 ~ 16:00	知っておきたい大腸がん検診 ~大腸カメラで不安スッキリ!!~	川崎幸病院 臨床検査技師 / 内視鏡技師 <b>小野 隆治</b>	さいわい鶴見病院1階 リハビリテーション室(20名) 会場お問い合わせ先: さいわい鶴見病院 045-581-1417

## 生徒向け出張授業 (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	開催場所(定員)
25 <sup>火</sup>	出張授業	スポーツ外傷・障害の予防について	川崎幸病院 副院長 整形外科医師 / 部長 <b>原 淳</b>	川崎市立橋高等学校 スポーツ科3年7組

## 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 <sup>月</sup>		覚えておきたい心肺蘇生 ~救急車が来るまでにできること~	川崎幸病院 看護師 / 科長 <b>中屋政人</b>	川崎市立中原中学校
		宮坂悠紀	川崎幸病院 看護師 <b>岡山さおり</b>	
		川崎幸病院 看護師 <b>川口千仁</b>	川崎幸病院 看護師 <b>長利弥南</b>	
5 <sup>水</sup>		アナフィラキシーショックの正しい知識を身に付けよう ~エピペンの使用について~	川崎幸病院 看護師 / 科長 <b>宮口貴子</b>	川崎市立井田中学校
		食物アレルギーを起こさないための調理・食事のポイント	川崎幸病院 管理栄養士 / 主任 <b>久米直子</b>	
		食物アレルギーを起こさないための調理・食事のポイント	川崎幸病院 管理栄養士 / 主任 <b>久米直子</b>	
6 <sup>木</sup>		アナフィラキシーショックの正しい知識を身に付けよう ~エピペンの使用について~	川崎幸病院 看護師 / 科長 <b>宮口貴子</b>	公益財団法人 川崎市生涯学習財団
		食物アレルギーを起こさないための調理・食事のポイント	川崎幸病院 管理栄養士 / 主任 <b>久米直子</b>	
		メンタルヘルス ~職場適応が困難な人たちについて~	川崎幸クリニック 臨床心理士 / 室長 <b>稲富正治</b>	
7 <sup>金</sup>		覚えておきたい心肺蘇生 ~救急車が来るまでにできること~	川崎幸病院 看護師 / 科長 <b>中屋政人</b>	公益社団法人 神奈川労働安全衛生協会 川崎北支部
		宮坂悠紀	川崎幸病院 看護師 <b>岡山さおり</b>	
		川崎幸病院 看護師 <b>川口千仁</b>	川崎幸病院 看護師 <b>長利弥南</b>	
10 <sup>月</sup>		アナフィラキシーショックの正しい知識を身に付けよう ~エピペンの使用について~	川崎幸病院 看護師 / 科長 <b>宮口貴子</b>	富士電機株式会社 川崎工場
		食物アレルギーを起こさないための調理・食事のポイント	川崎幸病院 管理栄養士 / 主任 <b>久米直子</b>	
		子ども救急箱 ~けが・病気別対処法~	川崎幸病院 看護師 / 主任 <b>中澤亜希</b>	
11 <sup>火</sup>		覚えておきたい心肺蘇生 ~救急車が来るまでにできること~	川崎幸病院 看護師 / 科長 <b>中屋政人</b>	川崎市立川崎高等学校 全日制 川崎市立川崎高等学校 附属中学校
		宮坂悠紀	川崎幸病院 看護師 <b>岡山さおり</b>	
		川崎幸病院 看護師 <b>川口千仁</b>	川崎幸病院 看護師 <b>長利弥南</b>	
18 <sup>火</sup>		覚えておきたい心肺蘇生 ~救急車が来るまでにできること~	川崎幸病院 看護師 / 科長 <b>中屋政人</b>	子育て支援センター てきの
		宮坂悠紀	川崎幸病院 看護師 <b>岡山さおり</b>	
		川崎幸病院 看護師 <b>川口千仁</b>	川崎幸病院 看護師 <b>長利弥南</b>	

【町内会・学校・企業等、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か月前以上にご連絡ください。※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。

みんなの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



## 自然災害

異常な自然現象によって引き起こされる災害。日本は地震、火山噴火、台風、風水害、土砂崩れなどの災害が多い国です。今年も各地で地震や集中豪雨による甚大な被害がでています。自然災害はいつなにか起こるか分かりません。自然災害を回避することは難しくても、被害を少なくすることは可能です。そのためには日頃からの「備え」が必要になってきます。



## 防災の日

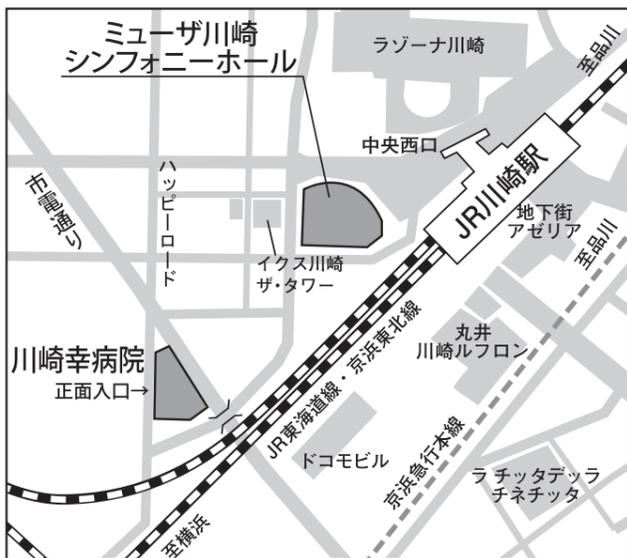
9月1日は防災の日です。台風、高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備する日として制定されています。この日を含む1週間を「防災週間」とし、いつ起きるか分からない災害に備え、避難訓練や引き取り訓練などが行われています。すでにご家庭でも食糧・飲料水の備蓄、家具の転倒防止、家庭内での安否確認方法など、さまざまな災害対策を取られていると思いますが、この機会に今一度、災害発生時の共通連絡先、避難場所、備蓄など確認しておきましょう。

川崎幸病院 看護師/科長 小山明香

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

### ●ミュージア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
- ミュージア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番バス停乗り場より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

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。

川崎クリニック

予約  
電話番号 044-222-9259

さいわい鹿島田クリニック

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](mailto:kango-saiyou@saiwaihp.jp)

看護部ホームページ <http://saiwaihp-nurse.jp/>

