



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 5月

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			

●一般講演 ●出張講演
●看護フェスタ ●在宅医療市民公開講座
●さいわい鶴見健康塾

「看護の日」無料測定会付き特別イベント 川崎幸病院看護師大集結！ クイズも歌も講演も！ かわさき幸看護フェスタ

先着150名様限定

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所
11 ^⑧	14:00 ～ 16:30	意外だけど転倒予防と健康長寿にものすごく重要なフットケア	川崎幸病院 糖尿病看護認定看護師 原田浩見	ミュージザ川崎 シンフォニーホール 4F 市民交流室 (150名)
		あなたの肌うるおってますか？ 男性も必見！素肌力若返り術	川崎幸病院 皮膚・排泄ケア認定看護師 大戸美希	
		強くて若い血管をつくろう！ 血管クイズ王決定戦	川崎幸病院 看護師 / 科長 杉山ゆみ子	
		歌と笑顔は明日への活力！ みんなで歌って笑顔になろう♪	川崎幸病院 看護師 / 科長 田中亜由美 関口純恵	
		来場者 無料特典		

第4回川崎南部摂食嚥下・栄養研究会 市民公開講座

「在宅医療」知っていますか？ ～家で最期まで療養したい人に～

先着150名様限定

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
20 ^土	14:00～16:00	在宅診療医の立場から	川崎七福診療所 院長 大黒 学	ミュージザ川崎 シンフォニーホール 4F 市民交流室 (150名)
		訪問看護師の立場から	かわさき訪問看護 ステーション 所長 小林千代子	
		ケアマネジャーの立場から	川崎区介護支援専門員 連絡会 倉持里津子	

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
12 _金	出張講演	産む前より、 キレイに元気になる体操	医療法人 啓和会 野末整形外科歯科内科 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 あいいく
15 _月		stop! 小さな好奇心 ～タバコとアルコール～	神奈川県警察本部 生活安全部 / 少年育成課 / 警部補 興侶教三	川崎市立川崎総合科学 高等学校定時制
16 _火		熱中症対策について	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 川村末樹	日産自動車 健康保険組合 追浜地区 健康推進センター
17 _水		家事・育児の中で Let'sながらエクササイズ	川崎幸病院 作業療法士 岩城祥子	子育て支援センター できの
23 _火		75歳からの口腔ケア	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	社会福祉法人 三神会 フレンド神木地域包括 支援センター
24 _水		親子で楽しく！ ママのためのストレッチ	健ナビ薬樹薬局 鹿島田 管理栄養士 / 健康運動指導士 鵜澤響子	浅田こども 文化センター
26 _金		理学療法士が伝える、 背骨の骨折のお話 ～リハビリから予防まで～	川崎幸クリニック 理学療法士 猪田佐和乃	河原町ふれあい サロン
30 _火		今日からできる！ 低栄養予防のための 食事のポイント	薬樹薬局 宮崎台 管理栄養士 田部瑤子	社会福祉法人 三神会 フレンド神木地域包括 支援センター
		心肺蘇生体験セミナー	川崎幸病院 循環器内科医師 / 副部長 伊藤賀敏 川崎幸病院 看護師 / 科長 中屋政人	川崎市立橋高等学校

一般講演 (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)
1 ^月	14:00～14:45	どこまで知ってる？ 結核の常識	川崎幸病院 感染制御科医師 / 部長代理 根本隆章	ミュージザ川崎 シンフォニーホール 4F 研修室1+2+3 (90名)
	14:45～15:30	題名のない健康塾	川崎幸病院 消化器内科医師 / 副部長 藤原裕之	
9 ^火	14:00～14:45	虫歯治療の現実 パート2	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	ミュージザ川崎 シンフォニーホール 4F 研修室1+2+3 (90名)
	14:45～15:30	プラス思考の習慣化	川崎幸クリニック 臨床心理士 / 室長 稲富正治	
17 ^水	14:00～14:45	泌尿器科とあなた ～みなさまのみかた～	川崎幸病院 泌尿器科医師 / 部長 鈴木理仁	第二川崎幸クリニック 3階 会議室 (50名)
	14:45～15:30	初登壇 手外科って何？	川崎幸クリニック 整形外科医師 井上秀也	
29 ^月	14:00～14:45	元気になる体操実践編!!!	医療法人 啓和会 野末整形外科歯科内科 介護予防室長 / 健康運動指導士 清水京子	ミュージザ川崎 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)
9 ^火	15:00～16:00	腸の中を見てみませんか？	川崎幸病院 消化器内科医師 / 医長 塚本啓祐	さいわい鶴見病院1階 リハビリテーション室 (20名)
23 ^火	15:00～16:00	初登壇 放射線のこと、いろいろ	さいわい鶴見病院 診療放射線技師 / 主任 神崎和之	さいわい鶴見病院1階 リハビリテーション室 (20名)

【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

川崎幸病院

※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



老化は足から

ご近所のおばあちゃんが、自宅で座布団につまずき太ももの骨を骨折してしまいました。お年ではあるし骨も弱っていたのですが、座布団で骨折するなんて・・・。

例え若者でも3日寝込んだら立ち上がるとしばらくの間ふらつくことがあります。たった3日でも寝込むと筋肉が衰え運動神経も鈍くなり指令が遅れるのです。

まさに「老化は足から」です。

なぜ足が弱ると老化が進むのでしょうか？その理由は運動量が大きく減少し、それに伴い血液の巡りが低下して心臓や脳が弱ってしまうからです。

人間は立ったり歩いたりすることで心臓を鍛え、脳を刺激します。もし

寝たまましていると足から脳への刺激はなくなり脳の老化が始まるというわけです。また、歩けば歩くほど脚の筋肉は強化され呼吸回数が増加、酸素量も増えて心臓も強くなります。

さあ、足から元気になりましょう！今年もかわさき幸看護フェスタで足のお話をしますよ！皆さん遊びに来てくださいね。

(ちなみにご近所のおばあちゃんもリハビリをがんばって今では一人で散歩しています)

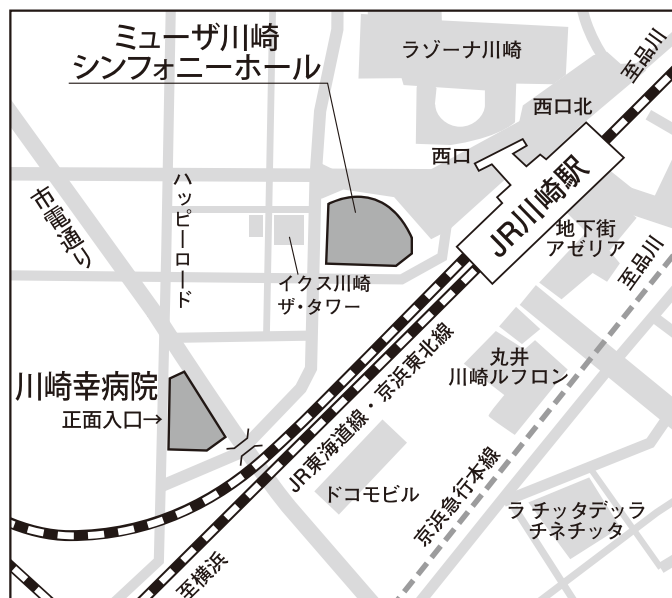


川崎幸病院 糖尿病看護認定看護師 原田浩見

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

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/>

