



みんなの健康塾

「かわさき健康塾」は、2018年9月に「みんなの健康塾」へ名称を変更いたしました。
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。

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)



2019年 8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
- 夏の終わりに聞いてほしいココロとカラダのこと
- さいわいキッズメディカルスクール
- さいわい鶴見健康塾

夏の終わりに聞いてほしい
ココロとカラダのこと

入場無料 申込不要
先着 150名
開場 13:15

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
20 ^火	14:00 ~ 15:30	暑さを乗り切るために 知っておくべきカラダのこと	さいわい鶴見病院 総合診療科医師/副部長 鈴木恵一郎	ミュージア川崎 シンフォニーホール 4F市民交流室(150名)
		やめたい!でもやめられない! 夏は欲望を増進させる?!	川崎幸クリニック 臨床心理士/室長 稲富正治	

お医者さん・看護師さんになりたい子、集まれ!

さいわいキッズメディカルスクール

抽選20名様 事前申込制

- 申込方法: 電話申込
- 申込電話番号: 044-542-7007
- 受付期間: 7月1日(月)~7月17日(水) 9:00~17:00 [土日祝除く]
- 対象年齢: 小学校1~3年生
※保護者の方といっしょに参加してね!
- 参加費: 無料

開催日	時間	テーマ	開催場所
3 ^土	14:00 ~ 16:00	<ul style="list-style-type: none"> ・手術室で手術体験 ・応急手当と注射体験 ・おくすり上手に選べるかな? ・命と身体を守る! お医者さん体験 ・超音波検査で身体の中を見てみよう! 	第二川崎幸クリニック (川崎市幸区都町39-1)

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)
2 ^金	14:00 ~ 15:30	アンコール講演 健康長寿のカギは、“フレイル”予防	川崎幸病院 摂食・嚥下障害看護認定看護師 竹内由紀	第二川崎幸クリニック 3階 会議室(50名)
		アンコール講演 一人で抱え込まないで。 トイレの悩み	川崎幸病院 皮膚・排泄ケア認定看護師 伊藤みゆき	
9 ^金	14:00 ~ 15:30	歩くのがおっくうになってきたあなたへ ~腰・股関節・ひざのお話~	川崎幸病院 整形外科医師/医長 上西藏人	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)
		身体の通信簿 ~検査結果の見方教えます~	川崎幸病院 臨床検査技師/科長 佐藤政延	
28 ^水	14:00 ~ 15:30	初登壇 気になる婦人科症状の診断と治療 ~不正出血・月経痛・子宮下垂感~	川崎幸病院 婦人科医師/医長 黒田 浩	第二川崎幸クリニック 3階 会議室(50名)
		初登壇 前立腺がんを早めに見つけましょう! ~PSAを中心に~	第二川崎幸クリニック 泌尿器科医師 森山正敏	

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
6 ^火		血管年齢測定やるよ! 集まれー♪	第二川崎幸クリニック 臨床検査技師 中村 円	南河原地区社会福祉協議会
8 ^木		こども救急箱 ~けが・病気別対処法~	川崎幸病院 看護師/主任 中澤亜希	浅田こども文化センター
22 ^木		AEDを用いた心肺蘇生法	川崎幸病院 看護師/科長 宮口貴子	川崎市立玉川中学校
23 ^金		FASTを知ろう! ~脳卒中の治療には早期発見が大切~	川崎幸病院 脳卒中リハビリテーション看護認定看護師/主任 三浦彩香	幸区老人クラブ連合会
		元気で長生き! 100歳まで歩ける体をつくる体操	川崎幸病院 理学療法士 大桃佳子	株式会社セレモニア
27 ^火		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 中屋政人	川崎市立橋高等学校 定時制
			川崎幸病院 看護師 岡山さおり	
29 ^木		子どもの上手なほめ方・しかり方	川崎幸クリニック 臨床心理士 成田亜紀	子育て支援センター あいいく

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。
●会場お問合せ先: さいわい鶴見病院 045-581-1417

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
22 ^木	15:00 ~ 16:00	足を大切にすべし ~健康なカラダは足元から~	さいわい鶴見病院 糖尿病看護認定看護師 原田浩見	さいわい鶴見病院 1階リハビリテーション室 (20名)

【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。

主催 一般社団法人 **みんなの健康**
社会医療法人財団 石心会
共催 **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。

みんなの健康塾についてのお問い合わせ先 **TEL.044-542-7007**

※みんなの健康塾は2019年4月より、主催:一般社団法人 みんなの健康/共催:社会医療法人財団 石心会 川崎幸病院にて運営致します。



かわさき 幸コラム



「みんなの健康ウォーキング ドクター森上監修 ～生活習慣病予防編～」開催レポート

2019年6月3日に、みんなの健康塾では「みんなの健康ウォーキング ドクター森上監修～生活習慣病予防編～」を開催しました。参加者の方に、川崎幸クリニック 内科・糖尿病外来担当の森上善史医師監修の「生活習慣病」に関するシートを配布し、それを片手に持ってウォーキングを行いました。

生活習慣病予防のためのウォーキングのポイント

- ・軽く汗ばむ程度の速度で歩く
- ・日々の生活にプラス2,000歩を
- ・食後「1時間後」くらいに行うのが効果的

川崎駅から武蔵溝ノ口駅へ移動し、約1.5kmを歩いて「小黑恵子童謡記念館」へ。

川崎市出身の作詞家の小黑さんの作品に触れ、約100年前のオルゴールの音色に耳を傾けて一休みし、武蔵新城駅までの約2.2kmを歩きました。

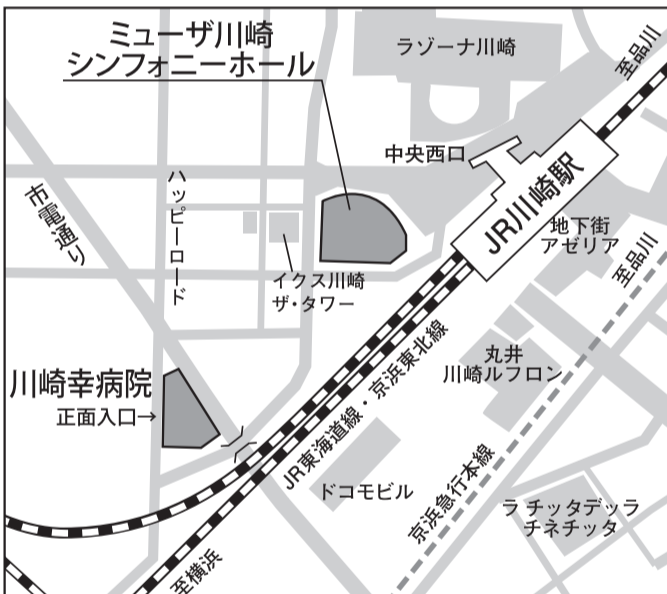
暑いくらいの晴天の中、歩き終えた皆さんの額には汗が浮かんでいました。万歩計を持参された方からは、『普段よりも倍以上歩くことができました。これからも継続して歩きたい』と頂きました。

今後も「みんなの健康ウォーキング」では、体を動かすことで健康を意識できる時間を提供していきます。



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

- 川崎幸クリニック
- 第二川崎幸クリニック



- 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/バス停より61系統元住吉行き乗車。幸警察署前下車
- 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/バス停より61系統元住吉行き乗車。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

さいわい鶴見病院

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

予約
電話番号 045-581-1417

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/

