



# みんなの健康塾

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。

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)

2020年		3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					

## がんになった医師たちより

～知識が運命を左右する～

参加費無料 | お申込不要  
先着150名 | 開場 13:15

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
4水	14:00 ～ 15:30	肺がんだった医師が考える これからのこと	川崎幸病院 放射線治療科医師/部長 放射線治療センター長 <b>加藤大基</b>	ミュージア川崎 シンフォニーホール 4F市民交流室(150名)
		わたしが4回の肺がん再発を 克服できた理由	東京大学医学部附属病院 放射線科医師/特任助教 <b>前田恵理子</b>	
		自分のカラダを 大切にすること	東京大学医学部附属病院 放射線科医師/准教授 <b>中川恵一</b>	
		対談「不運を克服するための検診」		

川崎市幸スポーツセンター共催

無料脚力測定付き!

姿勢が変われば  
カラダが変わる!

参加費 無料 | お申込 不要 | 開場 15:30

## 理学療法士が教える正しい姿勢と歩き方

開催日	時間	テーマ	開催場所
16月	15:45 ～ 17:00	講 師: 川崎幸病院 理学療法士 武本知恵 持ち物: 室内用運動靴、水分補給用のお飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。 ※測定会のみ先着 50名様限定となります。	幸スポーツセンター 大体育室 (川崎市幸区戸手本町1丁目11-3)

### 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)
10火	14:00 ～ 15:30	<b>初登壇</b> 肺炎がいやなら、のどを鍛えましょう	西山耳鼻咽喉科医院 院長 <b>西山耕一郎</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)
19木	14:00 ～ 15:30	腎臓と老化	川崎幸病院 腎臓内科医師/副部長 <b>小向大輔</b>	第二川崎幸クリニック 3階会議室(50名)
		人間関係で疲れないコツ	川崎幸クリニック 臨床心理士/室長 <b>稲富正治</b>	
25水	14:00 ～ 15:30	歯を失った方へ教える歯科治療の現実 ～インプラント・ブリッジ・入れ歯の話～	医療法人RAISE デンタルクリニック川崎 院長 <b>齊藤 圭</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)
		<b>初登壇</b> 「私は透析にはならない」って思っていない?	川崎幸病院 透析看護認定看護師/主任 <b>片山亜由子</b>	

さいわい鶴見健康塾

参加費無料 | お申込不要  
先着90名 | 開場 13:30

## 漢方とエイジング

～漢方で健康へのお手伝い～

開催日	時間	テーマ	開催場所(定員)
26木	14:00 ～ 15:00	講 師: さいわい鶴見病院 内科医師 金子明代 ●さいわい鶴見病院で開催している健康講座です。 ●会場・講演のお問合先: さいわい鶴見病院 045-581-1417	横浜市鶴見公会堂フーガ 1号館 7階 1号+2号 会議室(90名)

ネットワーク・これ幸 (幸区在宅療養推進協議会) 主催

知っ得! 地域で支える入退院支援  
～専門家が教える最近の医療・介護事情～

参加費 無料 | お申込 不要  
先着 250名 | 開場 13:30

開催日	時間	テーマ	講師	開催場所(定員)
14土	14:00 ～ 16:15	<b>第一部 基調講演</b> 地域で見守る医療 ～特に医療連携を中心に～	第二川崎幸クリニック 院長 <b>関川浩司</b>	ソリッドスクエア 地下1階ホール(250名) (川崎市幸区堀川町580番)
		<b>第二部 シンポジウム</b> <b>座長</b>	ナカオカクリニック 院長 幸区在宅療養調整医師 <b>中岡 康</b>	
		<b>シンポジスト</b>	川崎幸病院 看護師/主任 <b>森下とも子</b>	
		三井不動産 商業マネジメント株式会社 <b>池見麻里子</b>		

生徒向け出張授業 (主催団体の皆様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木	<b>出張授業</b>	がんって知ってる?	第二川崎幸クリニック 院長 <b>関川浩司</b>	川崎市立川崎高等学校 全日制 福祉科

出張講演 (主催団体の皆様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火		《合言葉はS・S・K》 その誘い、その薬物に、気をつけろ	ハックドラッグ鹿島田薬局 管理薬剤師 <b>寺門佳恵</b>	川崎市立向丘中学校
9月		子供を守るために出来ること ～小児の心肺蘇生法～	川崎幸病院 看護師 <b>岡山さおり</b>	川崎市生涯学習財団
11水		子供を守るために出来ること ～小児の心肺蘇生法～	川崎幸病院 看護師 <b>岡山さおり</b>	子育て支援センター てきの
12木		アンガーマネジメント ～自分の怒りのタイプを知ろう～	川崎幸クリニック 臨床心理士 <b>池見麻里子</b>	三井不動産 商業マネジメント株式会社
13金		肩こり・腰痛対策と シェイプアップ	川崎幸クリニック 認定理学療法士(地域理学療法) <b>猪田佐和乃</b>	子育て支援センター あいいく
17火		長生きできるカラダ習慣	川崎幸病院 理学療法士 <b>齋藤仁志郎</b>	多摩区社会福祉協議会
23月		老化を防ぐシニアの 食事の新常識	川崎幸病院 管理栄養士/副主任 <b>田内直恵</b>	多摩区社会福祉協議会

【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。

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。



# フクスケ脳トレ! ~ナンプレ編~



## <初級級>

7	8	6		9	3	1		
4	2		1			7		
1	3	5		8	2	6		4
9		1	8	2				5
8		3		6	9			1
2	5	7	3	4				8
6	9	8		3	4	5		7
5	7	2		1	8	4	3	
	1		6			8		9

## <中級編>

3								6
		9	3	1			8	
2				8				
6				3	7			1
	3		9	2	5		7	
8	2	7					5	3
4	1		2				6	
9	5		6	7		8	2	
		2	4			3		5

## <達人級>

						5	3		
				7	3				
8	3		2	4					9
	9	8					1		
2								6	
		1				9			2
4		7		2		8			
				6		4			5
							9		

問題の答えは会場内の健康塾スタッフにもらってね!

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 ●石心会研修HOUSE
- 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
- 石心会研修HOUSE (川崎市幸区南幸町3-12-42)  
JR川崎駅から徒歩8分、京急川崎駅から徒歩15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 (川崎市幸区南幸町1-27-1)  
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(入)乗り場より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 (川崎市幸区都町39-1)  
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(入)乗り場より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
- 横浜市鶴見公会堂



- さいわい鶴見病院 (横浜市鶴見区豊岡町21-1)  
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)
- 横浜市鶴見公会堂 (横浜市鶴見区豊岡町2-1 フーガ1号館6、7階)  
JR鶴見駅(西口)徒歩1分  
京急鶴見駅(西口)徒歩5分

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/

