

メニュー	講座内容	講座番号 講座担当者		対象講座 (選択時参照) ◎ 働く方へ： 企業の健康教育 ★ 60代以降の方へ： 自治体等、地域の健康教育 ♪ 子育て世代の方へ： 教育機関・保護者の健康教育	
		医師	メディカル スタッフ		
生活習慣病	高血圧症	1-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 1-4：食事に関係する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	1-1 田中保則 (循環器内科医師)	1-4 管理栄養士	◎ ★ ♪
	脂質異常症 動脈硬化	2-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 2-3：生活習慣の振り返り、生活活動量、効果的な運動方法などについて実技を含めてお話しします。 2-4：食事に関係する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	2-1 田中保則 (循環器内科医師)	2-3 理学療法士 2-4 管理栄養士	◎ ★ ♪
	心不全	3-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 3-3：生活習慣の振り返り、生活活動量、効果的な運動方法などについて実技を含めてお話しします。 3-4：食事に関係する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	3-1 田中保則 (循環器内科医師)	3-3 理学療法士 3-4 管理栄養士	◎ ★ ♪
	糖尿病	4-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 4-3：生活習慣の振り返り、生活活動量、効果的な運動方法などについて実技を含めてお話しします。 4-4：食事に関係する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	4-1 藤岡洋平 (糖尿病内科医師)	4-3 理学療法士 4-4 管理栄養士	◎ ★ ♪
	高尿酸血症 痛風	5-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 5-4：食事に関係する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	5-1 藤岡洋平 (糖尿病内科医師)	5-4 管理栄養士	◎ ★ ♪
	肥満症 メタボリックシンドローム	6-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 6-3：生活習慣の振り返り、生活活動量、効果的な運動方法などについて実技を含めてお話しします。 6-4：食事に関係する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	6-1 藤岡洋平 (糖尿病内科医師)	6-3 理学療法士 6-4 管理栄養士	◎ ★ ♪
	脂肪肝 非アルコール性肝炎 (NASH) アルコール性肝炎	7-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 7-4：食事に関係する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	7-1 松本栄二・岸本幸廣 (肝臓内科医師)	7-4 管理栄養士	◎ ★ ♪
	咳・ぜんそく・慢性気管支炎	8-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	8-1 山本司生・西井静香 (呼吸器内科医師)		◎ ★ ♪
	慢性閉塞性肺疾患 (COPD) 肺気腫 禁煙	9-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	9-1 山本司生・西井静香 (呼吸器内科医師)		◎ ★ ♪
脳血管疾患 (脳卒中：脳梗塞・脳出血など)	10-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	10-1 足立晶子 (脳神経内科医師)		◎ ★ ♪	
婦人科疾患	更年期	11-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	11-1 片桐千恵子 (産婦人科医師)		◎ ★ ♪
	骨盤臓器脱 (子宮脱)	12-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	12-1 石原幸一 (産婦人科医師)		◎ ★ ♪
	子宮筋腫、子宮内膜症	13-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	13-1 片桐・石原・下雅意 (産婦人科医師)		◎ ★ ♪
	思春期 (女性の体)	14-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	14-1 片桐千恵子 (産婦人科医師)		♪

メニュー		講座内容	講座番号 講座担当者		対象講座 (選択時参照)
			医師	メディカルスタッフ	
整形疾患	骨粗鬆症	15-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 15-4：食事に関する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	15-1 中村達彦・根津明菜 (整形外科医師)	15-4 管理栄養士	◎ ☆ ♪
	腰痛 坐骨神経痛 (腰椎椎間板ヘルニア・腰部脊柱管狭窄症)	16-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 16-3：生活習慣の振り返り、予防や改善につながる運動方法などについて実技を含めてお話しします。	16-1 中村達彦・根津明菜 (整形外科医師)	16-3 理学療法士	◎ ☆ ♪
	膝痛 (変形性関節症)	17-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 17-3：生活習慣の振り返り、予防や改善につながる運動方法などについて実技を含めてお話しします。	17-1 中村達彦・根津明菜 (整形外科医師)	17-3 理学療法士	◎ ☆ ♪
	肩こり	18-3：生活習慣の振り返り、予防や改善につながる運動方法などについて実技を含めてお話しします。		18-3 理学療法士	◎ ☆ ♪
眼科疾患 (白内障・緑内障・糖尿病網膜症など)		19-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	19-1 山崎厚志 (眼科医師)		☆
がん	予防	20-1：『がんになりやすい人なりにくい人』などの演題名で予防についてお話しします。 20-4：食事に関する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	20-1 木村修 (ドック健診医師)	20-4 管理栄養士	◎ ☆ ♪
	検診	21-1：『採血でわかるがんの危険性』などの演題名で検診の重要性についてお話しします。	21-1 木村修 (ドック健診医師)		◎ ☆ ♪
	胃がん	22-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	22-1 濱本哲郎 (消化器内科医師)		◎ ☆ ♪
	大腸がん	23-1-1：内科医師の立場から、病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 23-1-2：健診・外科医師の立場から、『増えている大腸がん～大腸がんで死なないために～』の演題名で治療、予後などについてお話しします。	23-1-1 濱本哲郎 (消化器内科医師) 23-1-2 木村修 (ドック健診医師)		◎ ☆ ♪
	肝臓がん	24-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	24-1 松本栄二・岸本幸廣 (肝臓内科医師)		◎ ☆ ♪
	乳がん	25-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	25-1 角賢一・工藤浩史 (乳腺外科医師)		◎ ☆ ♪
	子宮頸がん	26-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	26-1 下雅意り (産婦人科医師)		◎ ☆ ♪
健康寿命	フレイル	27-1：『加齢がもたらすカラダの変化と予防』などの演題名でフレイルについてお話しします。 27-3：生活習慣の振り返り、予防や改善につながる運動方法などについて実技を含めてお話しします。 27-4：食事に関する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	27-1 木村修 (ドック健診医師)	27-3 理学療法士 27-4 管理栄養士	☆
	認知症	28-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 28-2：生活習慣の振り返り、予防や改善につながる活動、家族による支援方法などについてお話しします。	28-1 足立晶子 (脳神経内科医師)	28-2 看護師	☆
	嚥下障害	29-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。 29-3：予防や改善につながる体操や姿勢、家族による支援方法などについて実技を含めてお話しします。 29-4：食事に関する原因、食生活の振り返り、食生活改善のポイントなどについてお話しします。	29-1 足立晶子 (脳神経内科医師)	29-3 言語聴覚士 29-4 管理栄養士	☆

メニュー	講座内容	講座番号 講座担当者		対象講座 (選択時参照) ◎ 働く方へ： 企業の健康教育 ★ 60代以降の方へ： 自治体等、地域の健康教育 ♪ 子育て世代の方へ： 教育機関・保護者の健康教育
		医師	メディカル スタッフ	
熱中症	30-1：病気の概要、診断基準、原因、予防、治療などについてお話しします。	30-1 多喜小夜 (麻酔科医師)		◎ ★ ♪
救急対応 (心肺蘇生)	31-1：日常における救急時の対応などについてお話しします。 31-5：心肺蘇生、AEDの使用方法などについてお話しします。	31-1 多喜小夜 (麻酔科医師)	31-5 臨床工学技士	◎ ★ ♪
感染症	コロナウイルス感染症 32-1：病気の概要、診断基準、予防、治療などについてお話しします。 32-2：日常における注意点、予防方法、感染時における生活場面での対応などについてお話しします。	32-1 山本司生・西井静香 (呼吸器内科医師)	32-2 看護師	◎ ★ ♪
	インフルエンザ感染症 33-1：病気の概要、診断基準、予防、治療などについてお話しします。 33-2：日常における注意点、予防方法、感染時における生活場面での対応などについてお話しします。	33-1 山本司生・西井静香 (呼吸器内科医師)	33-2 看護師	◎ ★ ♪
	胃腸炎 (小児感染症) 34-2：日常における注意点、予防方法、感染時における生活場面での対応などについてお話しします。		34-2 看護師	♪
薬の話	35-5：使用する際の注意点、効果的な使用方法などについてお話しします。		35-5 薬剤師	◎ ★ ♪
メンタルヘルス	36-5：心を健康に保つ方法や、他者とのコミュニケーションなどについてお話しします。		36-5 公認心理師	◎ ★ ♪
人生会議 アドバンス・ケア・プランニング (ACP)	37-1：どう生きるかを考えることの重要性や、周囲の人と話し合うことによるメリットや方法などについてお話しします。	37-1 安井建一 (脳神経内科医師)		★ ♪
食育	38-4：家庭や社会でできる活動方法についてお話しします。		38-4 管理栄養士	♪
発達障がい	39-1：障がいの概要、診断基準、治療、支援などについてお話しします。 39-3：家庭や学校でできる環境調整や支援のポイントについてお話しします。 39-5：当事者と家族の心の状態、コミュニケーションのポイントなどについてお話しします。	39-1 玉崎章子 (脳神経小児科医師)	39-3 作業療法士 言語聴覚士 39-5 公認心理師	♪
不登校	40-1：現状、地域の連携や理解、支援などについてお話しします。 40-5：当事者と家族の心の状態、コミュニケーションのポイントなどについてお話しします。	40-1 玉崎章子 (脳神経小児科医師)	40-5 公認心理師	♪
子育て (命を守り育てる)	41-1：現代社会における子育ての課題、地域社会でできる支援などについてお話しします。	41-1 玉崎章子 (脳神経小児科医師)		♪