

国保依田窪病院 出前講座のご案内

依田窪病院は、地域に開かれた病院を目指し、「地域に密着した心あたたかな医療の実践」を理念の一つに掲げています。こうした理念に基づき、地域の皆様との交流、健康づくりへのお手伝いの一環として、「出前講座」を行っています。

「出前講座」は、病院職員が地域に出向き、皆様がお知りになりたいことや体験したいこと等を通して、地域の健康づくりを支援します。

出前講座のお申し込み

★ 出前講座の計画

出前講座メニュー表から希望する講座を選択してお申し込みいただきます。

- ・対象者 長和町・上田市武石地域・丸子地域在住者、在勤者、在学者
 - ・参加人数 概ね 10 名以上の団体・グループ
 - ・開催時間 月曜日～金曜日（土・日曜、祝日、年末年始休、1 月 15 日を除く） 14 時～21 時
- ※その他の場合は、出前講座担当までご相談ください。

★ お申し込み方法

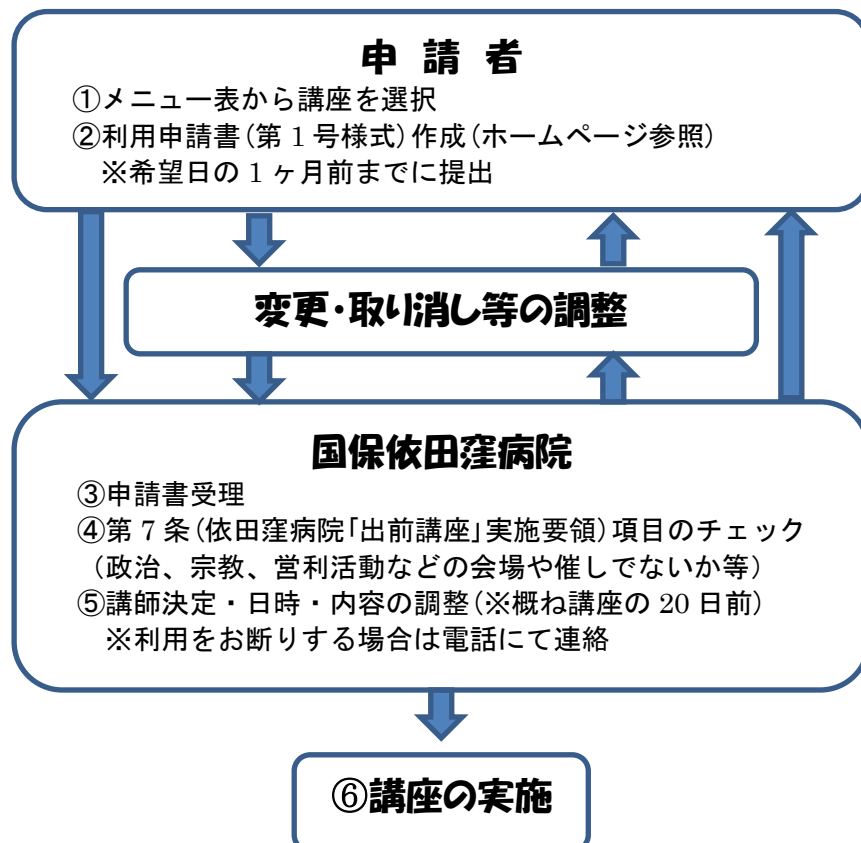
ご希望の「日時、講座名、開催場所、参加人数等」について、あらかじめ電話でご相談いただき、その後申込書を提出していただきます。

★ お問い合わせ

国保依田窪病院 出前講座担当
電話：0268-68-0036

出前講座開催手順

1. メニュー表から講座を選択
2. 電話でまずはご相談ください。希望日の調整がとれた後、利用申請書を提出（希望する日の 1 か月前までに FAX・メール・郵便または直接）
3. 利用決定通知書の送付（概ね講座の 20 日前）
4. 講座の実施



実技編

国保依田窪病院 出前講座一覧

NO.	講座名	講座内容	開催時間	講師	備考
1	救急救命講習会	1次救命処置	60分	医師・看護師・臨床工学士	実技講習のできる会場と服装
2	体力低下予防・筋力向上	家庭でできる体力づくり、転倒予防につながる筋力向上の方法	60分	理学療法士	実技講習のできる会場と服装

講義編

NO.	講座名	講座内容	開催時間	講師	備考
1	不整脈の話	不整脈の種類等	30～60分	内科医師	
2	看護師への道(No.1)	・看護師になるために資格、学校紹介	30分	看護部長	学生対象
3	看護師への道(No.2)	・看護師(保健師、助産師)とは、ナースの仕事	30分	看護部長	学生対象
4	認知症とは(No.1)	認知症の理解	60分	認知症ケア認定看護師	
5	認知症とは(No.2)	認知症との関わりかた	60分	認知症ケア認定看護師	
6	人工股関節術後	【講義】日常生活の注意点 【実技】座り方や起き方、畑仕事について、ポータブルトイレの移動の仕方	30分 (それぞれ15分)	看護師	
7	骨盤底筋群	【講義】腰痛防止、排尿障害、手術後にむけて 【実技】腹筋の簡単な鍛え方、衰えない方法を試す	30分 (それぞれ15分)	看護師	
8	依田窪病院で受けられる手術は何があるの？	当院で実施している手術種類	60分	看護師	
9	透析療法ってなに？	透析の仕組み・方法・機器をわかりやすく説明	45分	臨床工学技士	学生対象
10	認知症と治療薬	認知症と治療薬の説明	30分	薬剤師	
11	薬の正しい使い方	薬の飲み方・使い方の基礎知識	30分	薬剤師	
12	対象者に合わせた福祉用具の選び方	福祉用具(車いすや歩行補助具、自助具等)の選び方、使い方	60分	理学療法士・作業療法士	
13	安全に食べていただくために	摂食・嚥下障害のある方への対応	45分	作業療法士	
14	放射線って何？	放射線の種類や性質。放射線と放射能の違い	30分	放射線技師	
15	被ばくのお話	被ばくの種類、人体への影響等	30分	放射線技師	
16	検査値の見方	一般的な血液検査値の解説	45分	臨床検査技師	
17	自己血糖測定器の取り扱い方法	自己血糖測定器の取り扱い方法の解説	60分	臨床検査技師	実技指導あり
18	心臓に関わる検査について	心電図、心臓超音波、血液検査等の解説	60分	臨床検査技師	
19	病院と地域のための地域連携とは	地域医療・福祉機関と連携を行なう立場から、地域における病院の役割につ	60分	地域連携室	
20	バランスのとれた食事とは	・自分の適正体重やBMIの計算方法 ・色によるバランスの見方	30分	管理栄養士	
21	安全に食べて元気アップ！	摂食・嚥下障害のある方への食事の対応(注意点・コツ・食品紹介)	30分	管理栄養士	
22	栄養と検査値	栄養と検査値の関係について	45分	管理栄養士・臨床検査技師	検査科・栄養科合同
23	介護保険利用について	・介護保険の概要(ケアマネジャー、居宅介護支援事業所について) ・介護保険のイロハ(申請から利用までの流れ、利用できるサービスなど)	30～60分	ケアマネジャー	介護予防対象者(一般向け)
24	緩和ケアと終末期は何か違うの	・緩和ケアの理解 ・痛みについて ・自分の思いを語る	60分	緩和ケア認定看護師	
25	家族を看取るために	・家族ががんと診断されたら ・看取るために家族ができること	60分	緩和ケア認定看護師	
26	「蜂刺され」「蛇に咬まれたとき」の初期対応	「蜂刺され」「蛇に咬まれたとき」の初期対応について	30分	看護師	
27	「熱中症予防」日頃の備え	「熱中症予防」日頃の備え	30分	看護師	
28	介護者の腰痛予防のための姿勢	介護者の腰痛予防のための姿勢	30分	看護師	