

複十字病院 市民健向講座ゼミ

予約不要・参加無料

「自分や家族の病気のことを知りたい」、「健康であるためにはどうしたらよいの？」など、医師による健向講座や看護師・コメディカルによる健向ゼミを定期的に開催いたします。

学び方・テーマいろいろ

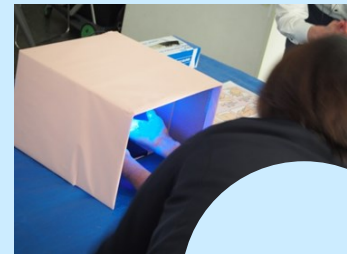
じっくり
学ぶ



診断装置
を学ぶ



クイズ形式
で学ぶ



体験して
学ぶ

講座



健向講座では、主に医師が講師をつとめ、じっくり病気のことについてお話しします。(土曜日開催)

ゼミ



健向ゼミでは、主に看護師・コメディカルが講師をつとめます。病気のお話だけでなくテーマによっては、クイズ形式や体験測定等を実施します。(平日短時間開催)

【主催】複十字病院 【後援】清瀬市・清瀬市医師会
【問い合わせ】複十字病院 事務部 庶務課：042-491-4111(代)

●講座とゼミによって、会場、実施時間が異なります。実施テーマについては、都合により変更になる場合があります。



複十字病院

市民健向講座ゼミ

市民健向講座…医師が講師を担当します。

Vol.	開催日	予定内容
1	2019年9月14日(土)	きよせ喘息教室 ~気管支喘息と上手につきあうために~
2	2019年9月28日(土)	健康寿命を延ばすコツ ~フレイル・生活習慣病・認知症の予防について~
3	2019年10月5日(土)	ぞけいヘルニア(脱腸)の手術
4	2019年11月23日(土・祝)	乳がん検診と医療連携

【開催時間】全日:14時 ~ 15時30分 / 【会場】清瀬市生涯学習センター7階アミューホール

市民健向ゼミ…看護師やコメディカルが講師を担当します。

Vol.	開催日	予定内容	備考
1	2019年8月23日(金)	スポーツと栄養 ~からだ作りのための効果的な食べかた~	
2	2019年9月11日(水)	お口の健康を考える ~誤嚥性肺炎を知っていますか?~	
3	2019年10月24日(木)	ノロウイルスにご用心! ~ご家庭での感染予防と、 嘔吐物・トイレのお掃除方法~	
4	2019年11月5日(火)	タバコの害 ~タバコを吸わない人にも必見~	
5	2019年11月26日(火)	肺年齢を測定してみよう!	人数制限あり 実際に、肺年齢を測定する予定です。
6	2019年12月10日(火)	がん化学療法について	
7	2020年1月21日(火)	お薬のはなし	
8	2020年2月25日(火)	検査機器について ~CT、MRI、超音波診断装置~	
9	2020年3月10日(火)	今日から始めよう! 認知症先送りのライフスタイル	
10	2020年3月24日(火)	減らせ内臓脂肪! 毎日の食事のできる事	管理栄養士による食事の話に加えて、理学療法士から、効果的な運動についてもお話を予定しています。

【開催時間】全日:14時 ~ 15時 / 【会場】清瀬市けやきホール1階セミナーハウス

※テーマについては予定です。開催内容が変更になる場合もございます。
詳細は、清瀬市報や複十字病院ホームページにて順次ご案内を予定しております。