

3月の公開健康講座のお知らせ



会場での健康講座

・**New**マークは新しい演題です。

・会場での健康講座はお申込みが**不要**です。

| 開催日時 | 演題 | 役職講師 | 会場 |
|---------|-----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| 3/15(金) | 14:00 New ウォーキング・ジョギングで健康に | リハビリテーション科 理学療法士 萩原 蒼 | 昭島市松原町 コミュニティセンター 2階 集会室 |
| | 14:45 特殊詐欺被害に合わないために | 警視庁昭島警察署 犯罪抑止対策係 | |
| | 15:00 かしこく利用介護保険(手続き・費用は) | 医療相談室 主任 メディカルソーシャルワーカー 内藤 孝枝 | |



糖尿病教室は感染対策のため、**事前申込制**とさせていただきます。参加希望の方は平日9-17時の間にお電話をいただくか、オンライン健康講座と同様にお問い合わせメールにて前日17時までにお申込みをお願いします。また当日は**1階の受付(医事課)まで**、お声かけください。

| 開催日時 | 演題 |
|---------|--|
| 3/2(土) | 14:00 糖尿病教室 ①糖尿病食は健康食だ!(管理栄養士) ②糖尿病ってな〜に?(医師) ③怖い合併症にならない為に(医師) |
| 3/9(土) | 14:00 糖尿病教室 ①高血圧症と言われたら(管理栄養士) ②糖尿病の飲み薬を知ろう(薬剤師) ③インスリンは怖くない(薬剤師) |
| 3/16(土) | 14:00 糖尿病教室 ①糖尿病の検査データ読み方(臨床検査技師) ②楽しく続ける!運動療法(理学療法士) ③減塩でおいしく食べる方法(管理栄養士) |
| 3/23(土) | 14:00 糖尿病教室 ①糖尿病で足をなくさない為に(看護師) ②ちょっと体調が悪い時には(看護師) ③糖尿病・外食だって大丈夫(管理栄養士) |



会場での講座(院内で開催する糖尿病教室を含む)の際は、**マスクの着用**、入場時の手指衛生、体温測定にご理解・ご協力のほど、宜しくお願い致します。また、体調が優れない方のご参加はご遠慮ください。今後の情勢次第では中止になる場合もございます。ご了承ください。

オンライン健康講座

・オンライン健康講座は事前にお申込みが**必要**です。

お手持ちのPC・スマートフォンなどで健康講座に参加できます。お気軽にお申込みください。

| 開催日時 | 演題 | 役職講師 |
|---------|---|--|
| 3/6(水) | 14:00 細胞老化とは何か | 健康管理センター 医師 山下 孝之 |
| 3/7(木) | 14:00 狭心症の治療法~冠動脈バイパス術を中心に~ | 心臓血管外科 部長 嶋田 直洋 |
| 3/11(月) | 14:00 PET検査でがんを見つけよう~見つかるがんの種類・大きさは~ | 放射線医学センター 診療放射線技師 副主任 栗原 瑛土 |
| 3/12(火) | 14:00 マンモグラフィ検査について | 放射線医学センター 診療放射線技師 稲垣 杏奈 |
| 3/16(土) | 13:30 ①脚のふくらみが気になる方へ(下肢静脈瘤について) ②脱腸(鼠径ヘルニア)でお悩みの方へ | 外科 部長 高木 睦郎 |
| | 3/18(月) | 14:00 最新のMRI検査のご紹介~全身MRI検査 DWIBSを知っていますか?~ |
| 3/19(火) | 15:00 損をしない健康保険制度の利用法 ~高額療養費制度とオンライン資格確認制度について~ | 医事課 係長 広瀬 良太 |
| | 13:30 形成外科でできること | 形成外科 部長 関山 琢也 |
| 3/21(木) | 14:00 動脈硬化と言われたら | 健康管理センター 副センター長・ 看護師長 今西 裕幸 |
| | 14:00 知らないと怖い?!いろいろな薬の飲み合わせ | 薬剤部 薬局長 岩井 大 |
| 3/26(火) | 14:30 放射線治療について | 放射線医学センター 医師 夏目 奈奈 |
| 3/27(水) | 14:00 New 今知りたい、健康食品のおはなし | 栄養管理室 管理栄養士 鈴木 彩香 |
| | 15:00 訪問看護ってなあに? | 東京西くじら訪問看護ステーション 所長 山岸 範子 |



オンライン健康講座はWeb会議ツール「Zoom」を使用します
講座参加にはお手持ちのパソコンやスマートフォンへのダウンロードが必要です

ダウンロードはこちらから(QRコードです)▶▶▶



参加方法の詳細はウラ面をご覧ください