

市立大町総合病院 出前健康講座等一覧

(令和8年7月時点)

講 座 名	講 師		
	職 種	資格等	氏 名
睡眠の話	医師	日本内科学会認定内科医 ／日本呼吸器学会認定呼吸器専門医・指導医／日本アレルギー学会認定アレルギー専門医・指導医	藤本圭作
睡眠時無呼吸症候群とはどんな病気でしょう？			
喘息（成人）について			
認知症予防のためにどう生きるか	医師	日本脳神経外科学会認定脳神経外科専門医／日本救急医学会認定救急科専門医／日本頭痛学会認定頭痛専門医／日本高気圧環境・潜水医学会認定高気圧医学専門医／認知症サポート医／日本リハビリテーション医学会認定臨床医／CPAP療法士／日本温泉気候物理医学会認定温泉療法医／日本脳神経外科認知症学会専門医	青木俊樹
難しいめまいと頭痛をどう治すか			
健康寿命を伸ばすために何が必要か			
脳卒中予防と高血圧管理			
検診を生かして健康な脳を維持する			
健康住宅と脳卒中予防			
血圧を下げるための方策			
睡眠と健康寿命			
睡眠時無呼吸症候群と脳卒中			
健康は夜作られる 睡眠の話			
認知症と睡眠			
睡眠時無呼吸症候群の原因と対策			
漢方薬を未病と養生に生かす			
鍼灸治療と漢方薬 東洋医学の智慧			
温泉を健康に生かすために (※上記組み合わせも可能です)			
排尿障害について	医師	日本専門医機構認定泌尿器科専門医／日本泌尿器科学会認定泌尿器科指導医／日本がん治療認定医機構がん治療認定医／日本医師会認定産業医	野口渉
前立腺癌について			
前立腺癌について	医師	日本泌尿器科学会認定泌尿器科専門医	遠藤汀奈
元気に食べ続けるために ～お口の健康・もぐもぐごっくん飲み込みのお話し～	歯科医師	医学博士／日本口腔外科学会認定口腔外科認定医 専門医／日本口腔インプラント学会専修医／日本口腔ケア学会口腔ケア3級認定／日本口腔ケア学会口腔ケアアンバサダー／日本摂食嚥下学会認定士	相澤仁志
大切な人の食べるを支えるためにできること			
お口の中の病気について			

講 座 名	講 師		
	職 種	資 格 等	氏 名
妊産婦期における口と歯のお話し 乳幼児期における口と歯のお話し 学童期における口と歯のお話し 中高生における口と歯のお話し 成年期における口と歯のお話し シニア世代における口と歯のお話しと健康体操 介護場面における口と歯のお話しと健康体操	歯科医師・ 歯科衛生士	日本歯科衛生士会認定衛生士／生活習慣病予防（特定保健指導・食生活改善指導）／日本歯科衛生士会認定摂食嚥下リハビリテーション／日本口腔ケア学会4級認定／日本口腔ケア学会口腔ケアアンバサダー／日本咀嚼学会健康咀嚼指導士	相澤仁志 傳刀仁美 宮坂里津絵 渡辺千史
ワクチン			
ユマニチュード			
認知症			
性教育			
肥満症			
アドバンス・ケア・プランニング(人生会議)			
地域包括ケア	医師		総合診療科 内科医師
在宅医療			
健康診断			
アルコール			
処方薬のあれこれ			
緩和ケア			
東洋医学について			
関節リウマチや節々の痛みについて			
その他、がんや病気の講演などご要望に応じて相談に乗ります。			

講 座 名	講 師		
	職 種	資格等	氏 名
いのちの授業（小中高生対象の性教育）	助産師		複数
思春期の相談	助産師	思春期相談士	複数
更年期相談	助産師	アドバンス助産師	原山奈々 上村美智子
生活習慣病予防・がん検診の種類について	保健師	人間ドック健診情報管理 指導士	浅田めぐ美 西澤三千代
感染症対策全般 ■身近な感染症から身を守るために ■あなたの手は本当に清潔ですか？ ■冬だけじゃない！感染症対策 ■誤嚥性肺炎から食中毒まで	看護師	感染管理認定看護師	安達聖人
糖尿病ケア、治療、生活指導全般 	看護師	日本・中信糖尿病療法士	小林奈美 松澤みさお 井出好美 小林奈々子 五味めぐみ 池田真貴 竹村公亮 小林有希 原田真千子 山崎華加
認知症について 【一般向け】 ■認知症を知ろう（物忘れとの違い） ■家族が、知り合いが認知症になったら… ■加齢の変化と上手に付き合っていこう 【事業所・施設向け】 ■認知症の病態・治療 ■高齢・認知症の方とのコミュニケーション・生活環境づくり ■認知症のエンドオブライフ ☆その他認知症に関わることについてご 要望に沿って対応させていただきます。 	看護師	認知症看護認定看護師	吉田由美子
大切な人を救うために～心肺蘇生と AED	看護師	ICLS インストラクター	降旗いずみ 芳村健太 山崎華加
災害から命を守るための備え 	看護師	日本・長野県 DMAT	複数名

講 座 名	講 師		
	職 種	職 種	職 種
健康に役立てるリンパマッサージ ■足のむくみケアについて ■手のむくみケアについて	看護師	リンパ浮腫セラピスト	和田由美子
がんに関連したお困りごと ■自分・周囲の人(親・家族・職場のひと)が がんになったときの支援について ■病気とともに生きること ■心身のつらい症状を和らげる緩和ケア について ■看取りを支えるために心がけているこ と	看護師	緩和ケア認定看護師	和田由美子
トイレのお悩み相談	看護師	排尿ケア講習修了者	児島佳代
知って安心！ 胃カメラ・大腸カメラ 	看護師	消化器内視鏡技師	池添奈緒子 曾根原富美恵 西沢くみ子 内川真由美
■高齢者の熱中症予防と対策について ■救急外来を受診する目安、夜間の急な体 調不良について ■救急車を呼ぶべきサインとは ■冬のお風呂場に潜む危険 ■施設での褥瘡予防ケアと処置について (保湿/体位変換/ポジショニング/処置の基 本など/)	看護師	診療看護師	伊藤希
介護の困りごと相談 	介護福祉士		羽田誠暁 堀田明恵 木村円

※上記の講座以外でも、聞いてみたい講座がありましたら、お気軽にご相談ください。

※地域の住民、自治会等を対象とした「**出前講座**」の講師料は**無料**となります。

※地域の施設、職場、学校等における職員、児童、生徒、学生等を対象とした「**講演**」の講師料は
有料となります。

※交通費等は、必要に応じていただく場合がございます。