

## 下伊那厚生病院 地域講演会一覧

	演題名	内容	担当者	講演時間	講演にて使用する物品	講演にあたっての条件
1	在宅生活を支える！ これからの嚥下食	嚥むこと、飲み込むことが難しい時の食事について。手軽にできる嚥下食の調理実演。	管理栄養士	1時間30分	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	・作業用テーブル、手洗い場
2	めざせ！健康的な食生活	肥満チェック。バランス食について。美味しく食べてカロリーダウン。	管理栄養士	1時間	資料配布あり	・展示用テーブル、体重計
3	減塩教室 ～美味しく塩分減らしましょう～	減塩(適塩)のコツ。献立紹介。適塩味噌汁の味見をしてみましょう。	管理栄養士	1時間30分	資料配布、試飲カップ	・展示用テーブル
4	お腹すっきり！免疫力UP！	下剤に頼らず便秘を改善するための食生活。食材の栄養素や働きを知り食生活に生かしましょう。	管理栄養士 調理師	1時間	資料配布あり	・展示用テーブル
5	水分補給について	水分補給の必要性と効果的な水分の摂り方。経口補水液の作り方。(春～夏限定で開催)	管理栄養士	30分～1時間	資料配布、試飲カップ	・展示用テーブル
6	「地域包括ケア」システムで豊かに暮らそう	超高齢社会の今、高齢や要介護となっても、地域で暮らし続けられるよう、みんなで支え合うための「地域包括ケアシステム」についてお話します。	社会福祉士	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	
7	地域医療連携で賢く病院にかかろう	地域の限られた医療資源(人材・検査機器・病床等)を有効的に使うために、地域医療連携が必要です。[適切な病院にかかりかた]についてお話します。	社会福祉士	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	
8	介護保険ってなあに？	制度開始から18年の介護保険ですが、当事者にならないとなかなかなじみがありません。窓口や受けられるサービス、費用など、基本的な仕組みをご紹介します。	社会福祉士	30分	ノートPC プロジェクター	
9	糖尿病と運動について	糖尿病に対する運動の意義・効果・方法についてノお話しと、体操をご紹介します。	理学療法士	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	・身体を動かせる広さの場所
10	ロコモと転倒予防	ロコモティブシンドロームと転倒に関するお話しと転倒予防の体操をご紹介します。	理学療法士	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	・身体を動かせる広さの場所
11	歩き方を考える	理想の歩き方についてお話しします。「ザ・ウォーキング」を実際に体験しデータの分析・歩き方のアドバイスをを行います。	理学療法士	1時間	ノートPC The Walking プロジェクター 資料配布あり	・身体を動かせる広さの場所 ・直線で10m以上ある場所
12	安全な介助方法	介助者が身体を痛めない介助方法についてお話し、実習で体験をしていただきます。	理学療法士	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり 福祉用具(ベッド、車椅子等)	・身体を動かせる広さの場所 ・ベッドがある場所
13	認知症について	認知症のセルフチェックをおこない、認知症の予防体操を行います。	作業療法士	1時間	資料配付あり	・体を動かすので両手間隔に広がる場所 ・展示用のテーブルが必要
14	高齢者の嚥下について	嚥下機能と嚥下障害についてお話しし、簡単な嚥下体操をご紹介します。	言語聴覚士	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	・テーブル、椅子が置ける広さの場所
15	メタボリックシンドロームと動脈硬化	「メタボリックシンドロームとは何かについて」 「動脈硬化との関係について」 お話しします。	保健師	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	
16	乳がん自己検診について	乳がんについて 乳がん検診について 自己チェック方法を実技をとおして確認します。	保健師	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	女性限定
17	訪問看護について	在宅サービスの一つである訪問看護ステーションの役割・機能のご紹介や利用の仕方などをお話しします。	訪問担当看護師	1時間	ノートPC プロジェクター 資料配布あり	・テーブル、椅子が置ける広さの場所
18	感染症の予防と対策について	感染症(インフルエンザ、ノロウイルス等)の予防と対策についてお話します。	感染管理認定看護師	1時間	ノートPC プロジェクター	
19	看護・介護よろず相談	介護でお困りこと悩み相談、基本的なケアの相談や技術の指導をご希望に添って行います。 介護者が元気になる時間になりたいと思います。	看護師、介護福祉士	1時間		