

# 高松赤十字病院 看護部主催

## 看護師による出前講座 ～ 聞いて知って役立てよう! ～

高松赤十字病院看護部では、看護を通して地域の人々の健康の保持増進、疾病の予防、療養生活の進め方などについて看護師が情報を提供したり、相談に応じたりすることによって地域の人々の生活を支援することを目的として平成24年7月から看護部主催によるミニ講座を毎月開催しています。これまでの内容を地域の皆様のもとに出向き、聞いて知って役立てていただきたいと考えています。地域の皆様にぜひ活用していただきたいと思っておりますので、お気軽にご連絡ください。お待ちしております。

**実施時間：**1時間程度／1回（応相談）

※原則、平日昼間の勤務時間内でお申し込みください

**申込方法：**別添の申し込み用紙に記入し、FAXにてお申し込みください

申し込み多数の場合は、先着順となりますのでご了承ください

受付後、担当看護師より、日程・時間等の調整のご連絡をさせていただきます

お問い合わせ先：高松赤十字病院 看護部

電話：087（831）7101（代）内線 1532

FAX：087（862）7135

**その他：**謝礼は不要ですが、往復に要する交通費のご負担および資料準備（印刷）はお願い致します。

研修会場やプロジェクター等の講義機材をご準備ください

（プロジェクター等の準備ができない場合は、持参いたします）

新型コロナウイルス感染症の状況により、講座をお断りする場合がありますことを、ご了承ください



骨粗鬆症をテーマに出張講座を開催している風景

◎災害について

- ・災害時の備え ・災害時に役立つ裏技（身近なものがいざというときに役立つ）
- ・災害時の対応、トリアージ ・小さな子供をもつ方のための災害対策について
- ・防災用品、避難所での対処

◎高齢者シリーズ（転倒・骨粗鬆・認知症・嚥下など）

- ・「私は絶対転びたくない！」今日からできる転倒予防 ・ロコモティブから考える転倒予防
- ・「正しく知ろう認知症のこと」予防・早期発見のすすめ
- ・階段を上がると息切れがする方、今日から始めてらくらく いきいき「ながいき呼吸体操」
- ・認知症サポーターについて ・認知症の家族をもって ・認知症への対応、ケアの方法
- ・骨粗鬆症について 今日から出来る予防方法
- ・摂食嚥下障害、誤嚥、安全な経口摂取について

◎皮膚・排泄ケア

- ・褥瘡の早期治療について
- ・失禁予防とおむつの使い方 床ずれにならないポイント ・頻尿、失禁の改善
- ・過活動膀胱、尿失禁ケア ・ストーマケアのポイント
- ・乾燥肌を予防しよう

◎子供シリーズ

- ・子供の急な病気（症状）とその対処 ・子どもの内服について
- ・子供に起こりやすい事故

◎救急・救命看護

- ・大切な家族を守ろう！一時救命処置
- ・AED～見て、触れて、使って～

◎生活・疾患・検査について

- ・リラクゼーション～癒しのタッチ～
- ・禁煙支援のコツ たばこをやめたいあなたへ～やめるなら今でしょ～
- ・脳卒中予防
- ・教えて糖尿病のうそ、ほんと
- ・予防しよう尿管結石 ・乳がん自己検診
- ・慢性腎不全の看護について ・在宅における腹膜透析患者のケア
- ・生活習慣を見直して心不全予防を ・心臓カテーテル検査ってどんなもの？
- ・リンパ浮腫について学ぼう ・貧血予防 ・今日からできる喘息予防
- ・胃カメラで胃がんの早期発見 ・がん検診をうけましょう
- ・熱中症を予防して楽しい夏を！
- ・Happy いきいき更年期 ～更年期で変わるこころとからだ～

◎感染対策

- ・インフルエンザについて
- ・家族で食中毒を防ごう
- ・感染症の標準予防策、嘔吐物の処理方法

◎その他

- ・知っていますか？臓器提供 ～つながる命～
- ・入院したらすぐに退院の話があるってどういうこと？ ～普段の生活にスムーズに戻るために～