

平成27年度



市立根室病院

ミニ公開講座開催記録

市立根室病院が地域の「かかりつけ病院」の役割を担う中で、病院職員が「健康づくり」や「病気予防」などをテーマに様々な講座を開催することで、市民皆さまが気軽に受講し、病気などに対する知識の習得を図るとともに、病院への信頼感を高めていただくことを目的に平成27年度、計6回（5月・7月・9月・11月・1月・3月）の、「ミニ公開講座」を開催いたしました。

※平成28年度開催予定表も掲載しています。

The collage features six posters for mini-public lectures:

- Top Left:** "ミニ公開講座 口から食べる幸せを大切に！" (Mini Public Lecture: Cherish the happiness of eating from the mouth!). Date: 平成27年9月30日(水) 正午12時 (40分). Venue: 市立根室病院 1階ロビー.
- Top Center:** "市立根室病院 ミニ公開講座 意思表示してありますか？ ~臓器移植について~" (Niigata City Municipal Root Room Hospital Mini Public Lecture: Do you express your wishes? ~About organ transplantation~). Date: 平成28年3月23日(水) 正午12時 (40分). Venue: 市立根室病院 1階ロビー.
- Top Right:** "市立根室病院 ミニ公開講座 テーマ 糖尿病とフットケア" (Niigata City Municipal Root Room Hospital Mini Public Lecture: Theme: Diabetes and Foot Care). Date: 平成27年5月29日(金) 正午12時 (40分). Venue: 市立根室病院 1階ロビー.
- Bottom Left:** "市立根室病院 ミニ公開講座 守って！防いで！ 感染症予防" (Niigata City Municipal Root Room Hospital Mini Public Lecture: Protect! Prevent! Infection Prevention). Date: 平成28年1月27日(水) 正午12時 (40分). Venue: 市立根室病院 1階ロビー.
- Bottom Center:** "市立根室病院 ミニ公開講座 あなたの骨、大丈夫ですか？" (Niigata City Municipal Root Room Hospital Mini Public Lecture: Are your bones okay?). Date: 平成27年7月31日(金) 正午12時 (40分). Venue: 市立根室病院 1階ロビー.
- Bottom Right:** "市立根室病院 ミニ公開講座 災害にまけない病院をめざして ~ひとりでも多くの命を守るため~" (Niigata City Municipal Root Room Hospital Mini Public Lecture: Aim for disaster-resistant hospitals ~to save as many lives as possible~). Date: 平成27年11月18日(水) 正午12時 (40分). Venue: 市立根室病院 1階ロビー.

=第1回=



市立根室病院
ミニ公開講座

テーマ 糖尿病とフットケア
日時:平成27年5月29日(金)
正午12時(40分間)
会場:市立根室病院 1階ロビー

講座内容

糖尿病患者さんの中には、たこ、巻爪、水虫、乾燥、ひび割れなどが起こりやすく、重症化しやすいために注意が必要です。
フットケア外来では、糖尿病療養指導士が中心となって患者さんの足の観察や必要なケアを行って行きます。大切な足を守るために、自分でできるフットケアや日常生活で気をつけなければならないことについてお話しします。

講師	糖尿病療養指導士		
看護師	宮部 真由美	看護師	戸田 典子
看護師	柿本 利恵	看護師	金田 加奈
看護師	岡野 圭子	臨床検査技師	片桐 勝美

主催/市立根室病院
お問い合わせ/事務局 地域医療連携課(1階)

◎日 時 平成27年5月29日(金) 正午

◎会 場 1階ロビー

◎テーマ 「糖尿病とフットケア」

◎講 師 【看護部：糖尿病療養指導師】
宮部真由美課長 戸田典子課長
岡野圭子看護師 柿本利恵看護師
金田加奈看護師
【臨床検査科】
片桐勝実技師長

◎参加者 市民18名

【内容】

糖尿病患者さんの中には、たこ、巻爪、水虫、乾燥、ひび割れなどが起こりやすく、重症化しやすいために注意が必要です。

フットケア外来では、糖尿病療養指導士が中心となって患者さんの足の観察や必要なケアを行って行きます。大切な足を守るために、自分でできるフットケアや日常生活で気をつけなければならないことについてお話しいたしました。



=第2回=



市立根室病院
ミニ公開講座

あなたの骨、大丈夫ですか？

日時:平成27年7月31日(金)
正午12時(40分間)
会場:市立根室病院 1階ロビー

講座内容

からだを支えているのは、骨格です。骨格がしっかりしていなければ動き回ることができません。骨は年齢とともに脆くなっていきますが、困ったことに脆くなっただけでは、症状には表れません。骨折をしてはじめて骨粗鬆症と指摘されることはめずらしくありません。

今回、放射線科では、骨密度測定装置などの専門機材を紹介しながら、骨の健康についてお話しします。

講師 診療放射線科

主催/市立根室病院
お問い合わせ/事務局 地域医療連携室(1階)

◎日 時 平成27年7月31日(金) 正午

◎会 場 1階ロビー

◎テーマ 「あなたの骨、大丈夫ですか？」

◎講 師 【診療放射線科】
宮部英一技師長

◎参加者 市民18名

【内容】

からだを支えているのは、骨格です。骨格がしっかりしていなければ動き回ることができません。骨は年齢とともに脆くなっていきますが、困ったことに脆くなっただけでは、症状には表れません。

骨折をしてはじめて骨粗鬆症と指摘されることはめずらしくありません。

放射線科では、骨密度測定装置などの専門機材を紹介しながら、骨の健康についてお話しいたしました。



=第3回=

ミニ公開講座



**口から食べる幸せを
あなたに!**

日時:平成27年9月30日(水)
正午12時(40分間)
会場:市立根室病院 1階ロビー

講座内容

「食べる」と言うことは、生命の維持に欠かせない重要な行為です。栄養が不足することで、身体の諸機能や免疫力が下がり、病気や転倒による骨折を招くなど、治りも遅くなります。食べられないことで楽しみが減り、気力も落ちてしまいます。食べることは誰にとっても大きな楽しみです。口から食べる楽しさを大切にすることは、その人の幸せを守ることでもあるといえるでしょう。

講師 看護部長 川村 紀代美 (栄養サポートチーム専門看護師)

・主 催/市立根室病院
・問い合わせ/事務局 地域医療連携室(1階)

◎日 時 平成27年9月30日(水) 正午

◎会 場 1階ロビー

◎テーマ 「口から食べる幸せをあなたに！」

◎講 師 【看護部】
川村紀代美部長

◎参加者 市民28名

【内容】

「食べる」と言うことは、生命の維持に欠かせない重要な行為です。栄養が不足することで、身体の諸機能や免疫力が下がり、病気や転倒による骨折を招くなど、治りも遅くなります。食べられないことで楽しみが減り、気力も落ちてしまいます。食べることは誰にとっても大きな楽しみです。口から食べる楽しさを大切にすることは、その人の幸せを守ることでもあるといえます。



=第4回=

市立根室病院
ミニ公開講座

災害にまけない病院めざして
~ひとりでも多くの命を守るため~

日時：平成27年11月18日(水)
正午12時(40分間)

会場：市立根室病院 1階ロビー

講座内容

災害は地震・風水害・火災など、四季・朝昼夜問わず、いつ起きるかわかりません。当院は平成9年に災害拠点病院となっており、日頃から災害対策のため、研修会や訓練を行っています。いざというときには、限られた医療資源(医療スタッフと医薬品)を最大限に活用し、可能な限り多数の傷病者の治療を行いたいと考えています。今回は、「災害時の当院の設備や体制」「傷病者のトリアージ(治療優先順位を決める)」についてお話しします。

講師 3階病棟看護課長 日本DMAT隊員 長谷川 尚子
4階西病棟看護課長 日本DMAT隊員 鈴木 志乃

主催/市立根室病院
お問い合わせ/事務局 地域医療連携室(1階)

◎日時 平成27年11月18日(水) 正午

◎会場 1階ロビー

◎テーマ 「災害に負けない病院めざして」
~ひとりでも多くの命を守るため~

◎講師 【看護部：日本・北海道 DMAT 隊員】
長谷川尚子課長 鈴木志乃看護師
【臨床工学科：日本・北海道 DMAT 隊員】
西村伸也係長

◎参加者 市民18名

【内容】

災害は地震・風水害・火災など、四季・朝昼夜問わず、いつ起きるかわかりません。当院は平成9年に災害拠点病院となっており、日頃から災害対策のため、研修会や訓練を行っています。いざというときには、限られた医療資源(医療スタッフと医薬品)を最大限に活用し、可能な限り多数の傷病者の治療を行いたいと考えています。

今回は、「災害時の当院の設備や体制」「傷病者のトリアージ(治療優先順位を決める)」についてお話しいたしました。



=第5回=

市立根室病院
ミニ公開講座
守って! 防いで!
感染予防
日時：平成28年1月27日(水)
正午12時(40分間)
会場：市立根室病院 1階ロビー

講座内容
インフルエンザ・ノロウイルスなど、冬に流行する感染症はさまざまあります。感染してしまうととても辛いですね。しかし、たくさん種類のある感染症でも、それらを予防する方法はどれも同じ考えに基づいているのです。そこで今回は、感染症にならないために、共通する予防法について3つのポイントに分けて、お話していきたいと思います。

ポイント1. 手洗い
ポイント2. 咳エチケット
ポイント3. 正しいマスクのつけ方

講師 外来看護課長 鹿谷 智絵
4階東病棟看護師 本吉 ナナ
4階西病棟看護師 岡野 圭代

主催/市立根室病院
お問い合わせ/事務局 地域医療連携室(1階)

◎日時 平成28年1月27日(水) 正午

◎会場 1階ロビー

◎テーマ 「意思表示してますか？」
～臓器移植について～

◎講師 【看護部】
鹿谷智恵課長 本吉ナナ看護師
岡野圭代看護師

◎参加者 市民25名

【内容】

インフルエンザ・ノロウイルスなど、冬に流行する感染症はさまざまあります。感染してしまうととても辛いですね。しかし、たくさん種類のある感染症でも、それらを予防する方法はどれも同じ考えに基づいているのです。

そこで今回は、感染症にならないために、共通する予防法について3つのポイントに分けて、お話していきたいと思います。



=第6回=



市立根室病院

臓器提供意思表示カード 二公開講座

**意思表示してありますか?
～臓器移植について～**

日時：平成28年3月23日(水)
正午12時(40分間)

会場：市立根室病院 1階ロビー

講座内容

臓器移植とは、他の方の健康な臓器を移植して、機能を回復する医療です。人のからだは、日常生活の中で機能低下をしたり、事故・病気で機能を失ったりすることがあります。臓器が機能を失うと移植でしか助からない命もあります。自分が最期を迎えた時(脳死・心臓停止した死後)に、誰かの命を救うことができるのが臓器移植です。

医療技術や医薬品だけではなく、皆さん一人ひとりの善意による臓器の提供がなければ成り立たない医療です。今回は、臓器移植をするための意思表示の大切さについてお話しします。

講師
4階東病棟看護師 北海道院内臓器移植連絡調整者 本吉 ナナ

主催/市立根室病院
お問い合わせ/事務局 地域医療連携室(1階)

◎日 時 平成28年3月23日(水) 正午

◎会 場 1階ロビー

◎テーマ 「意思表示してありますか？」
～臓器移植について～

◎講 師 【看護部：北海道院内臓器移植連絡調整者】
本吉ナナ看護師

◎参加者 市民18名

【内容】

臓器移植とは、他の方の健康な臓器を移植して、機能を回復する医療です。

人のからだは、日常生活の中で機能低下をしたり、事故・病気で機能を失ったりすることがあります。臓器が機能を失うと移植でしか助からない命もあります。

自分が最期を迎えた時(脳死・心臓停止した死後)に、誰かの命を救うことができるのが臓器移植です。医療技術や医薬品だけではなく、皆さん一人ひとりの善意による臓器の提供がなければ成り立たない医療です。今回は、臓器移植をするための意思表示の大切さをお話いたしました。



○平成28年度 市立根室病院 ミニ公開講座予定表○

市民の健康づくり、疾病予防など様々な講座を開催し、市民皆さまが気軽に受講して病院に対する信頼感などを高めていくことを目的に年6回開催いたします。

	開催日（予定）	テーマ（予定）
1	平成28年5月19日（木）	内容：「訪問診療について」 担当：看護師 若山 祥子
2	平成28年7月21日（木）	内容：「検査を受ける方へ」 担当：看護師 大橋 陽子
3	平成28年9月15日（木）	内容：「災害について」 担当：看護師 鈴木 志乃
4	平成28年11月17日（木）	内容：「禁煙外来について」 担当：看護師 柿本 理恵
5	平成29年1月19日（木）	内容：「感染について」 担当：看護師 岡野 圭代
6	平成29年3月16日（木）	内容：「栄養について」 担当：看護師 嶋田 千賀子

○開始時間：何れも日程の「正午」（午前12時）開始です。

○開催場所：市立根室病院「1階ロビー」です。

※テーマ等は「予告なく変更される場合」があります。

※ミニ公開講座に関する問い合わせ先

市立根室病院 事務局 地域医療連携室

TEL 24-3201（内線2309）