

出前講座一覧

カテゴリー番号	カテゴリー	講座番号	講座名	講座内容
①	食べること・飲み込むこと	1	上手に食べて低栄養予防	バランス良く食べる、食欲がない時の食べ方のポイントについて
		2	病気に負けない体づくり 免疫力をあげる食事	免疫カアップにつながる栄養素とそれらを多く含む食品について
		3	塩分カット！減塩の工夫	減塩のポイントと食事のバランスについて
		4	噛む力・飲み込む力に応じた食事	嚥下食の説明と具体的な食形態・食品について
		5	食べることにについて	嚥下食べる・飲み込むのメカニズムと誤嚥（むせる）を防ぐ方法 嚥下体操やリハビリを行い食べる機能を落とさない 安全に食べるための食事のとりまの作り方
		6	嚥下障害のリハビリテーション	嚥下機能を維持・改善するためのリハビリテーション
②	運動	7	上肢を中心とした体操	肩・手首の動きや筋力維持・改善を目的とした運動の実施
		8	糖尿病の運動療法	糖尿病治療における運動療法について紹介します
		9	フレイルって何？	フレイルとその予防についての学び 健康寿命を延ばします
③	スキンケアと排泄	10	お肌の手入れについて	健康なお肌を保ちましょう
		11	オムツの当て方	正しい当て方について
		12	床ずれ教室	床ずれの手当て 予防法について
		13	今どきの傷の手当ての仕方	手当ての方法について
④	感染対策	14	標準予防策について	手指衛生・個人防護具について
		15	ノロウイルス感染症対策について	ノロウイルスの感染対策（嘔吐物処理手順等含む）
		16	虫を介した感染対策について	疥癬・マダニ媒介感染症等
		17	家庭できる感染対策について	手洗い・咳エチケット・清掃等について
⑤	お薬	19	知っておきたい薬の話	薬の飲み方、副作用について
⑥	こころ	20	こころの健康	ストレスとの付き合い方 自分も相手も大事にするコミュニケーション
⑦	子ども	21	子どもの食事に関すること	離乳食開始時期と開始のときの食物アレルギーの注意点
		22	子どもの皮膚に関すること	スキンケアについて 乳児期の皮膚トラブル
⑧	高齢者・介護	23	これからの医療と介護を自分事として一緒に考える日	高齢になり、病気や障害があっても最後まで健康な人生を送りましょう
		24	介護予防と高齢者の運動	介護予防に必要な知識と適切な運動療法について紹介します
		25	高齢期の健康管理	健やかな高齢期を過ごすために必要な健康についての知識をお伝えする
		26	高齢期に起こりやすい事故の予防と対応	家庭内で起こりやすい事故と予防 そして手当について知ってもらう
		27	訪問看護Q&A	
⑨	認知症	28	認知症について理解しよう	認知症や日常生活が行えなくなる困難さについて知ろう 認知症の方への関わり方 周辺症状とその対応
		29	認知症になっても意思決定はできるの？	「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドラン」 にそってやさしく解説
⑩	がん	30	がんにかからないために	がんってなに がんの予防策
		31	もしがんになったら	がんとの向き合い方 支える家族が知っておくこと 緩和ケアってなに がんと診断された時から始まる緩和ケア 痛みとのむきあい方
		32	抗がん剤投与中の過ごし方	抗がん剤治療中における副作用 自宅での過ごし方 患者家族が注意すること CVポートの管理
⑪	人生会議	33	人生会議について	もしもの時、どのような医療やケアを望みますか？「私の心づもり」
⑫	腎臓病	34	腎臓病について	腎臓を守るには 透析が必要となる時
⑬	脳卒中	35	家庭の医学 -脳卒中にあわれたご家族が知っておくこと-	ご家庭で看護・介護される方へのアドバイスと注意 しなければならない事 再発かも？と感じた時にどうするか？
⑭	心不全	36	心不全とは	心不全の症状・徴候について 心不全患者のACP、癌との違いについて
		37	心不全とうまく付き合っていくために	心不全手帳を活用したセルフケア 内服薬について 日常生活の注意点