



# 2020年度高知赤十字病院「ミニ講座」一覧

高知赤十字病院では、専門職による「ミニ講座」を開催し、県民の皆さんに医療や看護、介護などの正しい知識を身につけていただくことで、安心して暮らしていく地域づくりに貢献したいと考えています。講師料は無料です。



職種	専門分野	No	テーマ	概要	実支	時間
専門	がん看護	1	がんについて知っておきたいこと	がん医療を受ける際に知っておきたいこと		30分
認定看護師	緩和ケア	2	緩和ケアのはなし	緩和ケアについての知識を深める		30分
	認知症看護	3	認知症の基本を知ろう	認知症の種類や症状について		30分
		4	認知症の方との接し方を学びませんか？	認知症のある方とのコミュニケーション方法		30分
	脳卒中リハビリ	5	脳卒中発症予防と脳卒中の早期発見 ～あなたの大切な人を守るために～	FASTで脳卒中の早期発見を行い、早期受診につなげる		30分
	糖尿病看護	7	10月・11月を除く 参加型寺子屋 「糖尿病の合併症を体験しましょう！」	神経障害（触・見・聞）、失明体験など	●	60分
		8	10月・11月を除く 働き盛りのあなたへ 食事と睡眠のコツで健康長寿を目指そう！	健康を維持するためのポイントについて	●	60分
	摂食・嚥下障害	9	口腔ケアについて	口腔ケアについて		30分
		10	誤えん性肺炎について	誤えん性肺炎予防と発見のための観察について		30分
	皮膚・排泄ケア	11	あなたの肌を守るスキンケア	正しいお手入れ方法 洗浄と保湿について	●	30分
		12	自宅での介護が楽になる ～床ずれ予防・おむつの当て方～	コツを伝授	●	30分
	感染管理	13	4月～12月限定 手洗い場必須 感染症の予防 「正しい手洗いを学びましょう！」	洗い残しを目視確認できる機械を使って	●	60分
		14	4月～12月限定 みんなで防ごう！ インフルエンザの予防の知識	流行に備える感染予防策		30分
		15	4月～12月限定 南海トラフ巨大地震に備える ～避難所での感染予防～	避難所（集団生活）の中で起こる感染症の問題について		30分
	救急看護	16	熱中症、人ごとだと思っていませんか	熱中症の予防や対処の仕方について		30分
		17	対象・状況により 実技有無あり 南海トラフ巨大地震への備え	南海トラフ巨大地震への備えや対策について	○	30分
	集中ケア	18	心筋梗塞 「胸が痛いだけじゃない！」	心筋梗塞の症状などについて		30分
保健師	禁煙専門指導士	19	気軽に禁煙始めてみませんか？	たばこの健康被害と禁煙の仕方について	●	60分
コ・メディカル	薬剤師	20	薬の正しい使い方	薬の正しい服用方法や、使用方法について		30分
	理学療法士	21	動きやすい スペース 筋肉鍛えて健康に！ ～自宅でできるホーム軽筋術～	筋力強化や運動の必要性について	●	60分
	作業療法士	22	動きやすい スペース 認知症予防のために！ ～脳力グッときアップ教室～	高齢者の現状や運動が与える認知症予防への効果について	●	60分
	管理栄養士	23	食べて健康！～食べ物の力～	健康に過ごす為の体作りの技をマスターしよう		30分
		24	「減塩食」って難しくない！！	減塩食の達人になろう		30分
		25	NEW 南海トラフ巨大地震に備える ～自宅でできること食事編～	自分に合った食糧の選び方にについて	●	30分
	臨床心理士	26	知つておきたい高齢者のメンタルヘルス	高齢者の心の健康とケアの仕方について		30分
		27	南海トラフ巨大地震に備える ～今からできる「こころの準備」～	災害時のストレスと対処について		30分
	社会福祉士	28	NEW 南海トラフ巨大地震に備える ～みんなで知ろう、災害制度のアレコレ～	災害にあった時に利用できる制度について		30分
		29	NEW 知っていますか？医療費と公的制度	病気になった時に使える制度について		30分

FAX 番号 : 088-822-1056

送信先 : 高知赤十字病院 医療事業・広報課

FAX 送信日 令和 年 月 日

►お申し込みは、**2ヶ月前まで**にお願いします。

## 高知赤十字病院「ミニ講座」申込書

主催 団体名			
連絡先	氏名	TEL	
文書等 送付先	住所	〒 -	
	宛名		
希望 内容 ※1	第1 希望		
	第2 希望		
対象者 ※2	人数	名	

※1 … 希望順に調整します。なお1回で2題以上をご希望の場合は、同枠内にご記入ください。

※2 … 記入例：団体名、地域住民、など

	開催年月日	開始時間	開催場所	
第1 希望	令和 年 月 日( )	:	会場	
			住所	〒 -
第2 希望	令和 年 月 日( )	:	会場	
			住所	〒 -
第3 希望	令和 年 月 日( )	:	会場	
			住所	〒 -

設備確認	プロジェクト	有・無	スクリーン	有・無	駐車場	有・無
------	--------	-----	-------	-----	-----	-----

事務局 確認欄	可否 連絡	/	文書 送付	/	車 予約		転記		事前 連絡	/
------------	----------	---	----------	---	---------	--	----	--	----------	---