


町立辰野病院 令和7年度出前講座

	講座名	内容	担当講師
1	骨粗しょう症の予防	骨を丈夫に保つ 日常生活とは 	看護師 理学療法士
2	食事からはじめる 糖尿病予防の知恵 	糖尿病予防の 食生活のポイント	管理栄養士
3	おいしく減塩しよう	おいしく減塩する ポイント	管理栄養士
4	おしっこの話 	尿の正常な排泄から 失禁、骨盤底筋体操	看護師
	うんちの話 	便の正常な状態から 排便困難まで	看護師
5	糖尿病ってどんな病気	糖尿病の基礎知識から 豆知識	看護師
6	感染症の対策と予防 ～まずは手荒いから～ 	一般的な感染とは何か。 様々な感染症の対策と、 その予防としての手指 衛生の方法について。	看護師
7	医療介護における 親と自分自身の 終活について	上手に老い 最後まで 自分らしく 生きる ために 	看護師
8	自宅で療養するということ ～もしもの時のこと 考えてみませんか？～	安心して住み慣れた家で 療養生活をするために	訪問看護師
9	自分でできる 乳がん検診 	乳がん検診について 自己検診方法を学ぶ	診療放射線技師 看護師