



五省会では4つの施設が連携して  
「信頼と奉仕」の医療+ケアをめざしています  
<http://www.sainouhp.or.jp/>

【企画方法】

- セミナーの企画を考えている団体・個人さま
- 1. カテゴリーを選ぶ  
地域交流セミナープログラムのリーフレットから、興味のあるカテゴリーを選びます。
- 2. 連絡する  
地域交流セミナー事務局にお電話ください。企画したい内容についてなど、気軽にご相談ください。
- 3. セミナー開催！  
地域の公民館や体育館に出向いてセミナーを実施します。

■一部セミナーは有料となる場合がございます。

【お問い合わせ】

地域交流セミナー事務局  
☎ 076-428-5565  
介護老人保健施設みどり苑内



担当：長嶋  
五省会と一緒に、皆さんの住む地域をすこやかにしていきましょう。いつでもご相談を♪

発行：医療法人財団五省会（富山市高田 70）

# 医療・介護・健康の悩みごと。

地域みんなで解決しましょう！

ご案内

五省会とっしょに、  
あなたの地域で  
セミナーを企画しませんか？

地域の皆さんの健康をサポートするため、五省会に所属する医師や医療スタッフ、職員が行う、さまざまなプログラムをご用意しました。地域の公民館や体育館におもむき、セミナーを実施します。五省会の職員と一緒にセミナーを企画する団体様、個人様を募集しております。



## 地域の健康づくりをサポート！五省会の出前講座&教室 地域交流セミナー

【**カテゴリ**】 7つのカテゴリから興味のあるものをお選びください。  
 詳しい内容は、地域交流セミナー事務局と相談して決めることができます。

企画方法は、裏面をご覧ください▶

**01 病気とくすりのはなし**

医師から処方されたくすりを使用する際に、どんなくすりなのか気になることはありませんか。医師や薬剤師らの講義を通して、病気やくすりとうまくつき合う方法を学びます。

例 **脳卒中の予防と治療について**  
 腰・肩・膝の痛みについて  
 薬とのつきあい方  
 お薬手帳の活用方法

**04 介護のあれこれを学ぶ**  
 ～在宅介護～

ある日突然関わることになるかもしれない「介護」。いざという時に困らないように、介護の知識をご紹介します。介護技術を学びたい、ご家族の方にもおすすめです。

例 **介護教室** 排泄・食事・更衣など  
**在宅介護の注意とアドバイス**  
**自宅での体位交換の方法**

**02 「食べる」大切さを学ぶ**  
 ～栄養・嚥下・口腔ケア～

「食べる」ことは、心とからだの健康のために欠かせない行為です。いつまでも元気に「食べる」ためにどうすればいいのか、介護や嚥下にお悩みの方はどう向き合っていけばいいのかなどをお教えます。

例 **口腔ケアの大切さ**  
**高齢者の食事**  
**骨粗しょう症について**  
**嚥下食の作り方**

**05 介護保険を学ぶ**

老後の支えとなる「介護保険」。高齢になるとさまざまな病や認知症などで介護が必要になることがあります。健康なうちから把握しておきたい、介護保険のあれこれについて詳しく解説します。

例 **初めての介護保険利用講座**  
**初めての介護保険施設の選び方**  
**サービス事業所の役割を知ろう**

**03 カラダのつくりを学ぶ**  
 ～スポーツ・リハビリ～

病気やケガに負けない体づくりのために、日頃から心がけるべきことをご紹介します。スポーツをしている子どもたちにも役立つ情報が満載のセミナーです。

例 **出張 ロコモ体操教室**  
**介護予防になる運動機能向上プログラム**  
**西能スポーツ塾**  
 ケガの予防、トレーニング法、野球肩・野球肘についてなど

**06 認知症を学ぶ**

高齢化の進展とともに認知症を発症する人も増加しています。単なる物忘れとどのように違うのかなどを学び、認知症と正しく向き合うことができるよう、一緒に考えていきましょう。

例 **認知症患者さんへの接し方**  
**認知症予防プログラム**  
**認知症について**  
 ～病気のはなし、原因・種類など～

**07 五省会を紹介します**

患者さんや利用者さんとの交流はもちろんのこと、地域の方々の健康もサポートしていきたいと考えております。そのためにも、まずは五省会について、皆さんに知っていただければと思います。

例 **職員のお仕事紹介**  
 臨床検査技師、診療放射線技師ってどんなお仕事をしているの？ など

■ 特にこんな人におすすめ

高齢者の方  
 のご家族  
 利用者さん・患者さん  
 好きな方  
 スポーツの  
 お子様と一緒に  
 知ってほしい  
 とにかくみんなに

【活動報告】 地域に飛び出して活動しています！

医師によるセミナー

**高齢者の骨折について**

骨折の具体的な事例や治療法・予防法などを、動画やスライドを利用して分かりやすく説明しました。

自分は大丈夫という油断は禁物ですよ。  
 大事なのは、骨折しない体を作ること！

質疑応答では、参加者のみなさんから、健康に関する日ごろの疑問がたくさん飛び出しました！

講演 西能病院 副院長 **市村 和徳** 医師

**健康で生き生きと生きるために**

脳神経外科医として第一線で活躍してきた西島医師が、脳卒中とはどのような病気なのかについてお話ししました。

運動・文化活動・ゲームなど、趣味を楽しんで生き生き！

幼い頃のわんぱく話や医師としての歩みなど、普段はなかなか聞くことのできないお話も披露！

講演 西能みなみ病院 病院長 介護老人保健施設みどり苑 施設長 **西島 美知春** 医師

**西能スポーツ塾**

**野球肩・野球肘編** 富山少年野球リーグの選手、保護者、指導者の方々を対象とし、野球肩・野球肘についてのセミナーを行いました。

正しい知識を持って自分の体と向き合しましょう！

セルフチェック & エクササイズ講座

スポーツリハビリ担当の理学療法士らが教えました！

講演 整形外科センター 西能クリニック 院長 **山田 均** 医師