

下記が各直営病院が実施している講演テーマとなります。その他、希望に応じて、講演内容の相談ができる場合もありますので、派遣依頼書にご記入ください。
また、講演後に、個別相談を希望される場合は可能な場合があります（個別相談の実施に○があるもの）。事前に人数等を講師に依頼する必要がありますので、ご相談ください。

【生活習慣病】

直営病院

No	病院	講演テーマ	個別相談の実施	オンライン講演実施の可否	オンデマンド講演用の動画作成可否	職 名 (認定資格等)	講師名	講演概要
1	東北	糖尿病ってどんな病気？食事で予防しよう	○	○	応相談	主任栄養士	各主任栄養士	糖尿病について説明し、予防の食事を解説します。
2		脂質異常ってどういうこと？食事で改善しよう	○	○	応相談			組合員の罹患率の高い脂質異常について解説します。
3		外食を害食にしないために	○	○	応相談			外食の選び方、工夫についてアドバイスします。
4		毎日の献立、アドバイスします	○	○	応相談			ご自宅でのメニューや食材の使用方法についてアドバイスします。
5		生活習慣病の予防 ～食事・運動・健診の必要性	○	○	応相談	副看護師長 (保健師)	安達 千佳子	特定健診の必要性と生活習慣病の予防について
6	関東	いつまでも元気！若さを保つ食事術	－	○ (応相談)	否	栄養管理副室長	宮口 登	若さを保つ栄養についてお話します。
7		健康ガイド～ずーっとキラキラの笑顔でいるために～	－	○ (応相談)	否	管理栄養士	赤澤 恵美	体も心も健康でいるためにすぐにできること
8		がん予防に役立つ生活習慣	－	○ (応相談)	否	がん看護専門看護師 皮膚・排泄ケア認定看護師	井本 俊子	がん予防に良いとされている生活習慣について説明します
9	北陸	健康な未来のために今できること	○	○	応相談	保健師 (人間ドックアドバイザー)	福田満里子 長井鈴子	生活習慣病とその予防(食事・運動)について、具体的にお話します。
10	東海	歯・口腔の健康について	－	○	否	歯科医師・歯科衛生士	市原 秀記	食べる喜び、話す楽しみを保つ上で、歯・口腔の健康は欠かせないものになっています。そのために、正しい知識と目標からできるケアの方法などをお話します。
11		内臓脂肪減らすのは、今でしょ！！	○	○	否	主任栄養士(管理栄養士)	久留宮 貴子	生活習慣病の原因と言われる糖尿病、高血圧、脂質異常症、肥満予防のための食事について、簡単な運動も一緒に講演します。
12		忙しいあなたへ 時間を利用した食べ方のコツ	－	○	否			仕事のために、どうしても食事の採り方がうまくいかない場合やストレスなどが原因で暴飲暴食にならない様に、時間栄養学を取り入れた食事について説明します。
13		いつまでも若々しくいるために ～さびない身体の作り方～	－	○	否			アンチエイジング(老化予防)について説明します。
14		免疫力をあげる食事	－	○	否			免疫力をあげる食事について
15	近畿	明日からできる生活習慣病予防	－	○	否	健康管理センター長	斎藤 博	生活習慣病の予防についてお話します。

No	病院	講演テーマ	個別相談の 実施	オンライン講演 実施の可否	オンデマンド講演 用の動画作成可 否	職 名 (認定資格等)	講師名	講演概要
16	近畿	健康増進についての話	○	○	否	保健師 (人間ドックアドバイザー)	中田 佐江・小神 恵子・ 花岡 まり・松尾 直美・ 宮崎 尚子・木村 亜里澄	生活習慣病予防、心身の疲れをとる方法、フレイル、ロコモティブシンドローム、骨粗鬆症予防などの健康増進に関する話をいたします。その他、ご希望がございましたらご相談ください。
17		貯筋のすすめ	○	○	否	保健師・健康運動指導士・ 禁煙認定指導保健師	花岡 まり	お金と同じように、筋肉も貯めることが大切です。「貯筋」について楽しく学びましょう。
18	中国	新入職員の健康管理について	－	○	否	保健師 (人間ドックアドバイザー)	森上 明美	これまでの生活習慣を振り返り、社会人として大切な健康管理について食事や睡眠、ストレス対処等を説明します。
19		生活習慣病の予防について	－	○	否			生活習慣病予防の食事や運動、健診の必要性について説明します。
20	四国	メタボリックシンドローム予防のための健康体操 ～効率よく歩くための体幹トレーニング～	－	×	否	総括主任理学療法士 (健康運動指導士)	鈴木 誠	メタボリックシンドロームにならないための体操指導・講義
21		教職員の生活リズムから考える食生活	－	○	否	主任栄養士(管理栄養士)	石村 明美	多忙な中での食生活へのアドバイス

※変更があった場合は、熊本支部ホームページでお知らせします。