

県民健康科学大学 平成24年度出前講座

県民健康科学大学では、次のような出前講座をご用意しています。
お申し込みは、大学事務局学生図書係（027-235-1211）で承ります。

～★県民健康科学大学をご利用ください★～

下記のリストにないテーマでも、ご希望があればご相談ください。
広い意味の健康に関することで、企業の方、老人会の方、各種サークルの方、主婦の方、高校生・中学生・小学生の方等、地域の皆様のために本学の学生、教職員がお手伝いできると思います。

どうぞ、お気軽にご相談ください。皆様からのご注文をお待ちしています。

No.	テ ー マ	内 容	時間（分）	説 明 者
1	地域医療とインターネット	地域社会の中でのパーソナルコンピュータやインターネットの役割と期待について説明します。	60	診療放射線学部 担当教員
2	CT・MRI検査 (今年度休講)	人体のいろいろな病変がCT検査、MRI検査でどんな画像として描出されるか解説します。	60	診療放射線学部 担当教員
3	人の自律性とインフォームド・コンセント	日本でもインフォームド・コンセントという言葉が広く知られるようになりました。しかし、インフォームド・コンセントについては、医療者も含めて数々の誤解をしていることが多いのです。インフォームド・コンセントの概念についてお話しします。	90～120	准教授 森川 功
4	安楽死（よい死）	死を迎えるならば苦痛の少ない（安楽な）死を望む人が多いことでしょう。安楽死の歴史と問題点についてお話しします。	90～120	准教授 森川 功
5	身近な放射線	放射線に対して興味や疑問をお持ちではないでしょうか。良きにつけ悪きにつけ、欠く事のできない放射線について科学的諸特性や測り方および利用方法についてお話しします。放射線について正しい知識を持っていただき、放射線利用の世界を覗いていただきたいと思います。	60～90	診療放射線学部 担当教員
6	脳のはたらき	われわれが物を見たり、言葉をしゃべり、記憶をするしくみ等をやさしく解説いたします。	60	教授 柏倉 健一
7	最新CT検査技術 体内を飛び回る	最新のCT画像データを用いて三次元構築を行い、体内を飛行し、様々な臓器を見ていただきます。 (平日6時以降希望)	60	教授 小倉 敏裕
8	家庭で活かす看護技術－ 身体特性(ボディメカニクス)を活かして看護する－	身体特性(ボディメカニクス)を活かした技術を用いることにより、小さな力で大きな効果をあげられるだけでなく、看護をする人の腰痛なども予防できます。自分では動けない人の体位を変える技術を通してその仕組みと実際を紹介しします(準備の都合上会場は、県民健康科学大学となりますが、ご相談に応じます)。	90	講師 土井 一浩 看護技術学教育 研究分野教員
9	家庭で活かす看護技術－ 床ずれを予防するための工夫－	床ずれを予防するためには、まず、その原因を理解する必要があります。床ずれの原因とご家庭でも簡単にできる予防方法、床ずれができてしまったときの処置方法を説明します。	60	教授 山下 暢子 看護技術学教育 研究分野教員
10	家庭で活かす看護技術－ 血圧の値が教えてくれること－	「血圧の値はどのような仕組みで測定されているのか」「血圧の値は何を示しているのか」などを、実技を交えてわかりやすく説明します。	60	教授 山下 暢子 助教 佐藤正樹 看護技術学教育 研究分野教員
11	家庭で活かす看護技術－ 口腔内のトラブルを 防ぎ、清潔を保つ技術－	口腔ケアは、口内炎、虫歯、歯槽膿漏などの様々なトラブルを防ぎ、私たちの健康や豊かな食生活を保つために重要です。特に、嚥下障害がある人などにとっては、肺炎の予防などのためにも欠かすことができません。ねたきりなど自分で思うように動くことができない人に焦点を当てそのポイントを説明します。	60	講師 高橋 さつき 看護技術学教育 研究分野教員
12	糖尿病とのつきあい方	糖尿病の患者さんとご家族を対象に、長い目で見た病気とのつきあい方、生活改善のコツ、具合が悪い時の対処方法等を説明します。	30	講師 岩波 浩美

No.	テ ー マ	内 容	時間(分)	説 明 者
13	こころの健康づくり	複雑な現代社会の中で起こるストレスやうつなどのこころの健康問題を取りあげ、健康の維持・増進についてお話しします。	60	教授 田村 文子
14	生活習慣病の予防と対応策	糖尿病、高血圧、高脂血症などに代表される生活習慣病の発症やコントロールには、日頃の生活習慣が大きく影響します。生活習慣病を予防し、また管理していくための知識と対策を一緒に考えていきましょう。	60	教授 中西 陽子 准教授 廣瀬 規代美 講師 青山 みどり
15	楽しいマタニティライフと妊婦体験	妊娠に伴う女性の身体・心理の変化や胎児の成長を簡単に説明します。マタニティライフの過ごし方、子育てに向けて妊娠期に準備することについて話します。また、妊婦体験ジャケットを着用し、日常生活を体験することも可能です。	60	教授 行田 智子 助教 橋爪 由紀子
16	心肺蘇生について知ろう～いざという時に～	いざという時にあわてないように心肺蘇生について知り、実際にやってみましょう。自動体外式除細動器(AED)についても説明します(おとな対象です)。	60	講師 青山みどり 講師 小林万里子 助教 橋本晴美
17	放射線の影響について	病院で行われている種々のX線検査は安全であるのか?、放射線の影響は心配ないのか?どのくらいの放射線を受けるのか?、このような疑問について放射線防護の考え方を説明しお答えします。	90	診療放射線学部 担当教員
18	放射線治療技術研修	県内の診療放射線技師を対象に、本県の放射線治療の安全と質の向上を図るため、放射線治療技術の研修を行います。継続的研修を行うことにより、県民の医療の質の向上に貢献することを目的としています。	120	教授 保科 正夫
19	乳がんと向き合う	乳がんは早期発見できれば、治療法の選択肢が増え、患者自身が主体的に治療法を選定できます。早期発見のための治療法、治療の選択、手術後のフォローまでを含めた情報を提供します。	120	教授 中西 陽子 准教授 根岸 徹 准教授 飯田 苗恵
20	お腹の赤ちゃんの能力と妊娠期からの子育て	新たにお子さんを迎えるご夫婦や家族を対象に、親になるための準備や育児技術、胎児の能力と発達、周囲の方のサポートについて心理面も含めてお話しします。	60	教授 行田 智子 助教 橋爪 由紀子
21	女性のライフサイクルと健康	女性の身体の特徴とライフサイクルについて説明します。女性の平均寿命が85歳を超えた現代において、楽しい人生(特に中高年期)を送るためにいかに健康を守って行ったらよいか一緒に考えましょう。	60	講師 堀込 和代
22	医療におけるヒューマンエラーと防止策	日常生活の中にあるヒューマンエラーから医療におけるヒューマンエラーについてをお話します。また、コミュニケーション齟齬から生まれるエラーとその分析方法、防止対策などについてお話しします(グループワークも可能です)。	60~120	講師 五十嵐 博
23	尿失禁予防・改善対策について	女性に多い尿失禁(尿漏れ)男性に多い排尿障害と思われるがちですが、男性も尿失禁と無縁ではありません。尿失禁は自尊心にとっても影響します。予防できるならば、一番ですね。女性と男性に起こる尿失禁の原因とその対策についてお話しします。どのように今の日常生活を大切にしていっていったら良いか、一緒に考えていきましょう。	60~90	准教授 河内 美江
24	職場ストレスとストレス対処法	現在、受けるストレスは拡大傾向にあり、日常的にストレス感じている勤労者は6割を超えています。そこで、最近のうつ病事情やストレス、ストレスマネジメント法について説明します。	60~90	准教授 関根 正
25	環境放射線(能)	群馬県を始め、島嶼も含めた関東地方の環境放射線レベル、また、古くから庶民に親しまれているラドン温泉について、お話ししたいと思います。	60~90	准教授 杉野 雅人
26	コンピュータと医用画像	医用画像に含まれる様々な病巣の検出と鑑別診断に関するコンピュータ支援診断(CAD)について、乳癌検診だけでなく、胸部単純写真、胸部CT、腹部CT、東部MRA、核医学骨スキャンなどにおける病巣の検出や鑑別診断のためのコンピュータ支援診断(CAD)の現状と将来の可能性について説明します。	60~90	学長 土井 邦雄
27	高齢者のうつ病と関わり方	年間約3万人の自殺者のうち、60歳以上の高齢者の年代が一番多く、1万人を超え、その8割がうつ病を患っていたとも言われています。高齢者のうつ病の特徴や関わり方についてお話しします。	60	准教授 関根正

No.	テ ー マ	内 容	時間(分)	説 明 者
28	うっかりミスはなぜ起きる	身近な事例紹介や、実際にヒューマンエラーを体験していただき、そのメカニズムや防止策についてお話しします。	60～90	講師 五十嵐 博
29	保健医療におけるスマートフォンによる情報活用	近年注目されるスマートフォン、タブレット型・スレート型端末の活用について、保健医療での利用の観点から解説いたします。	60～90	准教授 星野 修平
30	精神障害者と家族の思い	精神障害者に対する偏見は社会的問題でもあります。精神疾患を正しく理解し、精神を病んでいる方とその家族の体験談を通して共に語りましょう。	60～90	教授 田村文子 准教授 関根 正 講師 中野あずさ 講師 酒井美子
31	健康危機に備える！日常生活の中でできること	日頃からできる健康な生活への備えと、災害時の難をなんなくやり過ごす方法を一緒に考え、やってみましょう(おとなを対象とした救命・応急の方法、AEDの使用方法など)。	60	講師 青山みどり 講師 小林万里子 助教 橋本 晴美
32	睡眠環境を調える	国民の3～4人に1人が不眠という実態があります。睡眠不足や生活リズムの乱れは生活習慣病の発症要因になることがわかってきました。睡眠のメカニズムや快眠を得るための環境づくりについてお話しします。	60～90	講師 田淵祥恵 看護技術学教育 研究分野教員
33	家庭で生かす看護技術ーマッサージによるリラクセスする技術ー	マッサージは身体の緊張を解きリラックスしたり、血液やリンパの循環を高め、自然治癒力を向上させると言われています。マッサージの基本的なポイントを説明し、実際に体験します。	60	講師 保坂さえ子 看護技術学教育 研究分野教員
34	更年期を上手に乗り越えよう！	女性にも男性にも更年期が訪れます。更年期の時期に起こりやすい症状やその理由について説明いたします。また、その時期の心構えや生活の仕方について一緒に考えていきましょう。	60～90	准教授 河内 美江
35	だれにでもわかる太陽光発電	太陽エネルギーの概念と太陽光発電の医療・福祉、防災、農業等での活用方法を説明します。	30～90	特任教員 岡部 勝也
36	夏休み・自由研究の進め方	小学生にとって(その保護者にとっても)、夏休みの自由研究の宿題は面倒に感じるかもしれません。しかし、研究の面白さを実感し、科学への興味を抱くことができるチャンスでもあります。研究テーマの選び方から模造紙へのまとめ方まで、小学生向けにわかりやすく解説します。	30～60	准教授 倉石政彦
37	だれにでもできる節電	節電の仕方を具体的に説明します。節電に役立つ、簡単な消費電力の測定や部屋の明るさの測定を参加者と共に行います。	30～60	特任教員 岡部勝也
38	癒しのクラシックギター	主として易しい古典音楽をクラシックギターで演奏します。時には、近代音楽やフォークソングも演奏します。	30～60	准教授 倉石 政彦 准教授 杉野 雅人
39	アメリカとアメリカ人～ノーベル賞に一番近い大学：シカゴ大学の40年で学んだこと～	シカゴ大学在任中のアメリカ生活40年の滞在から学んだことを、熱く分かりやすく語ります。	45～60	学長 土井 邦雄
40	デジタルカメラとパソコン活用	初心者向けパソコン活用法として、デジタルカメラとパソコンの連携について、初心者向けにお話しします。	60～90	准教授 星野 修平