

## 健康づくり推進員の健康講座

平成26年度 (2014年)	第1回	<p><b>健推の健康講座パート1</b></p> <p>①「私たちが望む介護とは」 堀川 美智子氏 ②「はつらつと歳を重ねる」 デロ・ヴァーン氏</p> <p><b>健推の健康講座パート2</b></p> <p>①「家庭で実践！健康と長寿の秘訣」 宮城 正照氏 ②「健康長寿復活！おいしい沖縄の野菜」 渡辺 克江氏</p>
平成28年度 (2016年)	第2回	<p><b>健推の健康講座パート1</b></p> <p>①大腸がんについて 講師：中部徳洲会病院消化器外科部長 仲宗根由幸氏 ②塩分量と減塩のポイント 講師：中部徳洲会病院管理栄養士 比嘉由子氏</p> <p><b>健推の健康講座パート2</b></p> <p>①太る・太らない生活 講師：中部徳洲会病院 副院長 宮城和史氏 ②脳梗塞について 講師：中部徳洲会病院 手術室看護師長 曾根史郎氏</p>
H29年度 (2017年)	第3回	<p><b>健推の健康講座パート1</b></p> <p>①意外と知らない「痔と便秘と便失禁」のはなし 講師：大浜第一病院 大腸・肛門外科部長 仕垣 幸太郎氏 ②心臓病との戦い方・付き合い方 講師：大浜第一病院心臓血管センター長循環器内科部長 前田 武俊 氏</p> <p><b>健推の健康講座パート2</b></p> <p>①診察室では聞けないお薬の話 講師：中部徳洲会病院 喜多 洋嗣 氏 ②腸内フローラについて 講師：中部徳洲会病院 曾根史郎氏</p>
平成30年度 (2018年)	第4回	<p><b>健推の健康講座パート1</b></p> <p>①変形性関節症の予防と治療 講師：大浜第一病院 整形外科 仲間 靖 氏 ②大腸がんの予防と治療 講師：大浜第一病院 外科 高江州 享 氏</p> <p><b>健推の健康講座パート2</b></p> <p>①狭心症と心筋梗塞について 講師：中部徳洲会病院 曾根 史郎 氏 ②下肢静脈瘤の治療について 講師：中部徳洲会病院 池村 綾 氏</p>
令和元年度 (2019年)	第5回	<p><b>健推の健康講座パート1</b></p> <p>①心不全：医者いらずの予防法と治療法」 講師：大浜第一病院 循環器内科 医師 前田 武俊 氏 ②「自宅・オフィスで出来る運動不足解消法」 講師：大浜第一病院 メディカルフィットネス科 我那覇 隆志 氏</p> <p><b>健推の健康講座パート2</b></p> <p>①「病院で受ける検査のお話」 講師：中部徳洲会病院 臨床検査技師 久保 靖人 氏 ②「歯とお口の病気について」 講師：中部徳洲会病院 医師 小山 宏樹 氏</p>