

松蔭大学 2025年度 出前講座テーマ一覧表

対象		テーマ	所要時間	対象者	人数	講師名	内容
妊婦の方／乳幼児・高校生 の保護者の方向け	1	プレパママ パパママのための育児講座・体験 赤ちゃんの抱っこの仕方、あやし方	1時間	これから出産を迎える 妊婦さんと夫	10組程度	木原 博子	パパママが初めてわが子を抱っこするときに、安心できるようなお話をしたいと思います。 講話と、安全な抱っこの仕方、泣いているときのあやし方のコツについて、新生児人形で実際に体験してみませんか。
	2	ちょっと気になる子どもの理解と育て方	1時間程度	乳幼児期の子どもの 子育て中の保護者の方	10名程度	吉田 裕子	気になる子どもの行動について、つい叱ってしまうことありませんか。子どもの「わかってほしい」をキャッチして大切にする関わり方を一緒に考えてみませんか。
	3	乳幼児と電子メディア	1時間程度	乳幼児～小学生のお子様の 保護者の方、 または興味関心がある方	20名程度	大脇 淳子	電子メディアと乳幼児期の子どものよりよい接し方について一緒に考えませんか？
	4	聴診器を使って体の音を聴いてみよう！	40分程度	幼児や小学生、 お子様の保護者の方	10名程度	牛島 典子	聴診器を使って、心臓の音や肺の音を聞いてみましょう。そして、生きていることの大切さを感じてもらいたいと思います。
	5	“社会的ひきこもり”について	1時間	保護者	20名程度	小野坂 益成	ひきこもり者を持つご家族対象ではなく、不登校に対しての知見のお話をいたします。
	6	“不登校”について	1時間	保護者	20名程度	小野坂 益成	不登校児を持つご家族対象ではなく、不登校に対しての知見のお話をいたします。
小・中学生・高校生向け	7	五感を使って観察しよう！	1時間程度	中学生～高校生	10名程度	勅使河原 俊子	看護に必要な五感を体験していただけるように、問診・視診・聴診・触診（・打診）を行います。
	8	入院の療養環境について考えてみよう！	30分	高校生	20名	西法子	医療職（看護師）を目指している方に、患者さんの入院における療養環境についてお話をいたします。
	9	健康格差について考えよう！	1時間30分	高校生	20～40名	望月麻衣	日本社会にある健康格差について考え、格差をなくしていくためには何ができるかについて一緒に考えていきます。
	10	高齢者体験	1時間	高齢者への理解を 深めたい方	20名	草地 潤子	森の里キャンパス内で、装具を着用して加齢による身体機能の変化を体感します。

高 校 生 を 含 む 一 般 市 民 の 方 向 け	11	プレコンセプション・クラス	1時間半	大学生年齢の男女	30～50	和田佳子	将来の妊娠や出産に向けて、生活や心身の健康を見直してみ ましょう。妊娠前の心身の健康についてお話いたします。
	12	専門看護師がとことん解説！ 「脳卒中の予防と再発予防」	1時間	中高年の方	40～50名	下村 晃子	脳卒中は生活習慣が大きく関係しています。生活の中で何に 注意すればよいかを詳しく解説します。 また、もしも脳卒中を発症したらどうすればよいか、脳卒中 後の再発予防についても解説いたします。
	13	介護予防から健康寿命延伸へ	1 時間30分	中高年の方	20～40名	渡部 月子	平均寿命と健康寿命との関連、健康寿命延伸のための介護予 防について解説します。
	14	高齢者と薬について	1時間	高齢者	40名	深田 雅美	高齢者と薬について看護師の視点から解説します。
	15	アサーション ー自分も相手も大切にー	1時間～ 1時間30分	関心のある方 どなたでも	20～30名 程度	丸山 昭子	アサーションを高めるコミュニケーション方法についてお話 いたします。
	16	何が違うの？災害看護と救急看護	1時間30分 ～2時間	どなたでも	問わず	掛谷和美	災害の中でも自然災害は、我々がどう頑張っても予測ができ ない現状があります。そこで、実際の事例を入れながら、災 害看護について解説し、救急看護との違いについてお話し いたします。
	17	患者参加の医療安全について考えてみよう！	1時間～ 1時間30分	どなたでも	20名程度	牛島 典子	医療の安全は、医療者だけではなく患者さんの協力も重要で す。みなさんで医療の安全について考えてみましょう。
	18	職場の環境管理（5S）	2時間	どなたでも	50名	藤井 智恵子	5 S（整理・整頓・清掃・清潔・躰）の必要性について解説 します。
	19	ナッジを用いた行動変容	2時間	どなたでも	50名	藤井 智恵子	大切な人を守るために、どのような行動が良いか解説しま す。
	20	災害から命を守ろう	1時間30分	どなたでも	20～40名	藤井 智恵子	平常時からの防災対策の自助・共助・公助について 提案します。
	21	100年人生！キャリアデザインしましょう	1時間	どなたでも	20名程度	佐藤 京子	100年ライフ、自分らしく人生をよりよく生きることを一緒 に考えましょう

高 校 生 を 含 む 一 般 市 民 の 方 向 け	22	看護職のキャリア！ ～生涯現役、キャリアデザイン次第で いつでも働ける！～	1時間	どなたでも	30名程度	佐藤 京子	看護の仕事は、今や生涯現役といわれます。人生の様々なライフステージに合わせて働き方を考えていくことで、看護職（看護師、保健師、助産師）として充実したライフキャリアを目指しませんか。看護職を目指すと思っている方、現役の看護職の方、看護職に関心のある方もない方もどなたでも参加可能です。
	23	体験しよう！ 家庭でできる感染症の防ぎ方 (手洗い、うがい、マスクなど)	1時間	どなたでも	20名程度	佐藤 京子 川原 理香 山本 貴子 川崎 真子	感染と感染症のちがいや、季節の注意したい感染症と症状を知り、家庭でできる感染対策を体験しましょう。
	24	緊急事態に備えよう ーのどに詰まらせた/おなかが痛い/血が出たー	2時間	どなたでも	15名程度	佐藤 京子 川原 理香 山本 貴子 川崎 真子	大判のハンカチかスカーフをご持参ください。
	25	いつまでもおいしく食べるために	1時間	どなたでも	40名	草地 潤子	いくつになってもおいしく食事を頂きたいですね。加齢によって変化する、食べる機能を維持するためのポイントについて解説します
	26	転倒予防教室	1時間	どなたでも	40名	草地 潤子	高齢者の転倒による骨折は、要介護が必要になる原因の1つです。転倒を予防するために有効な家でできる運動や食事や日常生活での注意点を解説します。
	27	高齢者施設の選び方	1時間	どなたでも	40名	草地 潤子	介護保険施設、老人ホーム、サービス付き高齢者住宅など高齢者が入居する施設はいろいろ特色がありどのようなケアが受けられるのかを解説します。
	28	あなたのまちの健康増進計画	1時間30分	どなたでも	20～40名	渡部 月子	皆さんの住んでいる市の健康増進計画について解説し、自分で取り組むこと、みんなで取り組むことを一緒に考えていきたいと思います。
	29	「乳がん」あなたは大丈夫ですか？	1時間	どなたでも (男女問わず)	50名程度	川畑 貴美子	乳がんの早期発見、主な治療や術後の日常生活などに関する内容をお伝えします。乳がんモデルで体験しましょう。若年性（35歳未満）乳がんについても情報提供ができればと思います。
	30	子どものメンタルヘルス	1時間	どなたでも	20名	川下 貴士	中学生から高校生のメンタルヘルスに関するお話をしたいと思います。
	31	その頭痛あきらめてませんか？ ＜頭痛治療の最前線＞	1時間	どなたでも 医療従事者	50～100名	吉井 信哉	場所の確保が可能であれば、100名以上での開催も可能です。

高 校 生 を 含 む 一 般 市 民 の 方 向 け		高齢者の健康と認知症	1時間	6 5 歳以上	講義場所 に応じて	菊地 悦子	講義形式 プロジェクターが必要
		尿漏れ予防！骨盤底筋を鍛えましょう	45分	高齢者女性	15～20名	小俣ちはる	尿漏れと骨盤底筋との関連性を解説し、実際に骨盤底筋体操を行います。 *動きやすい服装でご参加ください。
		楽しく頭を使って脳活性化 スリーA式認知症予防プログラムを体験しよう！	1～2時間	どなたでも	2 0 名程度	保母 恵	認知症予防の簡単な話と誰でもできる楽しいプログラムの体験をします。レクリエーションに近いもので、椅子に座って行います。3 0 名ぐらいまでなら可能です。