

出前健康教育講座メニュー

	メニュー	内容	係
精神保健	こころの健康 (ストレスとこころの健康等)	うつ、うつ病の予防と対応	健康支援係
		働く人のこころの健康づくり	
		なぜ、メンタルヘルスが重要なのか	
	精神障害の理解と対応	統合失調症、うつ病、双極性障害、高次脳機能障害等	
	アルコール・ギャンブル等の 依存症	適正な飲酒の仕方	
		依存症の理解と対応の基本	
思春期のメンタルヘルス	思春期の精神疾患、引きこもり等のケア		
感染症予防	エイズと性感染症	エイズと性感染症の予防	健康支援係
	感染症の基本と対応	感染症の基本と対応	
		感染性胃腸炎(ノロウイルス等)の予防	
生活習慣病予防	身体活動・運動	健康づくりと運動	企画係
	栄養と食生活	食事バランスガイドの活用	
		栄養成分表示の活用	
歯科保健	むし歯について	虫歯の原因と予防法(歯磨き方法など)	
	成人の歯と口の健康	歯周病予防	
	障がい者の歯と口の健康	障がいを持つ方への口腔ケアについて	
禁煙指導	タバコと健康	タバコが及ぼす健康被害	健康支援係
	未成年喫煙防止講座	タバコに関する講義	
リハビリ	職場における腰痛予防	腰痛が起こるしくみ、腰痛を防ぐ工夫	健康支援係
		腰痛体操(効果説明・実技)	
薬物関係	薬物乱用防止	薬物乱用とは、薬物乱用の種類、薬物乱用による影響について	医務薬務係
食品保健	食中毒の予防	食品衛生の正しい知識	食品保健係
	食品表示	表示のチェックポイント	
環境衛生	水の衛生	水道、飲料水の衛生について	環境衛生係