

# 「おまち」から発信! 静岡3病院が語る 健康と医療

参加無料



講演 1

サルコペニア(筋肉減少症)と転倒について

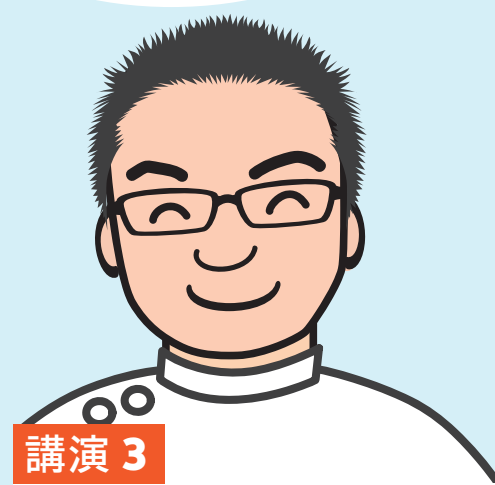
静岡厚生病院 リハビリテーション科  
診療副部長 梶 兼太郎



講演 2

身体の病気の時も大切にしたい“こころの健康”  
～眠りやうつの話も含めて～

静岡赤十字病院  
精神神経科 部長 長谷川 花

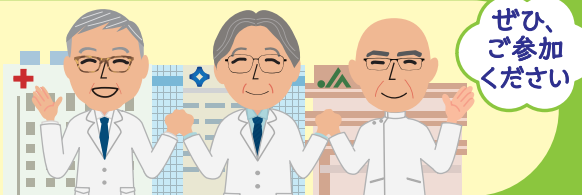


講演 3

乳がん手術の最前線  
～乳房の「整容性」を重視した手術～

静岡市立静岡病院  
外科・消化器外科 科長 米沢 圭

静岡市中心部(おまち)に位置する、静岡市立静岡病院・静岡厚生病院・静岡赤十字病院はお互いの医療機関を最大限に発揮し、地域のみなさまに安心・安全で質の高い医療を提供することを目的に、このたび協定を結びました。みなさまの健康増進のお手伝いできればと三病院合同の市民公開講座を開催いたします。



ぜひ、ご参加ください

参加のお申込み



いずれかの方法でお申込みください

■ 事前お申込み制です(定員130名)

- 1 お電話で静岡市コールセンターへ  
☎ **054-200-4894**  
受付期間 **4/17 金 → 5/18 月** 午前8時から 午後8時まで  
※土日祝日は午前8時から午後5時まで
- 2 インターネットから 24時間受付  
お申込みフォーム  
📄 **4/17 金 → 5/20 水** 昼12時まで

# 2026 5/23 土

(開場 13:30) **14:00-16:00**

会場 **札の辻クロスホール**

静岡市葵区呉服町1丁目30 札の辻クロス 6階

主催



後援

静岡市、一般社団法人静岡市静岡医師会  
静岡新聞社・静岡放送(順不同)

お問い合わせ [HPIはこちら](#)  
静岡市立静岡病院 総務課  
TEL 054-253-3125 (内線 3127)



## 静岡厚生病院

静岡厚生病院  
公式SNSで最新情報をチェック!!

### Follow Us!



J A 静岡厚生連  
静岡厚生病院  
Shizuoka Welfare Hospital

## 静岡赤十字病院

静岡赤十字病院 栄養課考案!  
オリジナル減塩レシピ動画配信中

**New** イタリ和風厚揚げステーキ

減塩できて栄養満点しかも簡単調理、三拍子そろったレシピ動画を配信中ですが、今回新メニューができました。メニューの立案から試作、調理、撮影、編集まですべて管理栄養士、調理師をはじめとする職員が携わっています。自慢の味をぜひお試しあれ!



現在公開中レシピ

- チキン南蛮
- 魚の土佐焼き  
生姜風味
- 大葉が香る  
ポークピカタ  
～トマトソース添え～

こちらから  
どうぞ



エネルギー 370kcal たんぱく質 18.1g  
脂質 29.2g 塩分 1g (1人分)

## 市立静岡病院

しずびょうLINE  
はこちら

医療の  
耳より情報  
いろいろ

イベント  
情報

広報紙  
「体温計」

などお届けします

ともだち登録  
お願いします!



しずびょうYouTube  
はこちら

過去の「からだ」の  
学校の講演も  
ご覧いただけます!

配信中!



など配信中



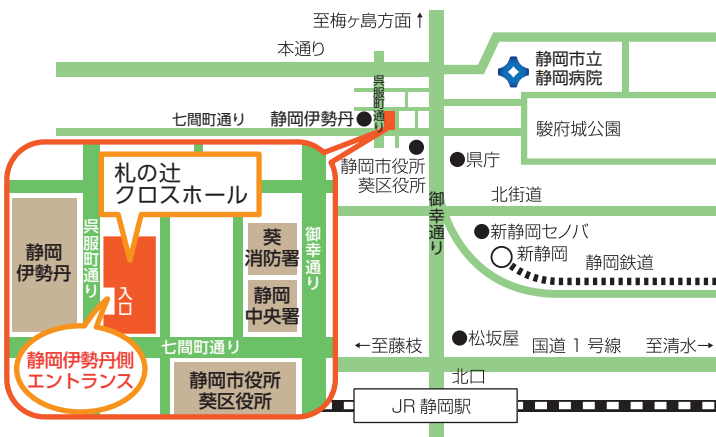
医師が解説!  
メディカルコラム  
はこちら

ホームページで各科の  
医師が病気やケガなど  
くわしく解説しています!  
ぜひご覧ください!

HPはこちら



## 三病院合同市民公開講座 会場 (第20回 静岡市民「からだ」の学校)



### ■ 札の辻クロスホール

〒420-0031 静岡市葵区呉服町 1-30 札の辻クロス 6階

#### ●電車の場合

JR 東海道本線・東海道新幹線 静岡駅北口より徒歩約10分  
静岡鉄道 新静岡駅より徒歩約8分

#### ●バスの場合

県庁・静岡市役所葵区役所前より徒歩約5分  
中町より徒歩約5分

#### ●お車の場合

近隣のコインパーキングをご利用ください。札の辻クロス  
パーキング及び当院駐車場ご利用による割引はありません。

お問い合わせ



地方独立行政法人

静岡市立静岡病院

〒420-8630 静岡市葵区追手町 10 番 93 号  
URL <https://www.shizuokahospital.jp/>

総務課  
(総務・企画係)

TEL 054-253-3125  
(内線 3127)

静岡病院  
ホームページ

