

テーマ名	知って防ごう 脳卒中
対 象	高校生以上
最大人数	会場収容人数
所要時間	30分～60分
学習のねらい	<p>脳卒中は栃木県民の死因の第4位である。また、栃木県の脳卒中死亡率は、男性が全国ワースト3位、女性が全国ワースト4位であり、脳卒中の予防は、栃木県民にとって重要な問題である。</p> <p>脳卒中は予防が可能な疾患であること、発症時の迅速な治療が寝たきりを防ぐことなどを知り、脳卒中の予防に役立てる。</p>
内 容 ※実施時間に合わせて調整する。	<p>脳卒中とはどのようなものなのか、その症状を学び、発症時の迅速な治療に役立てる。</p> <p>具体的な脳卒中予防のポイントを学び、生活習慣の見直しへのきっかけとする。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 脳卒中は、どんな病気 脳卒中の種類と起こり方を知る。 2 見逃さないで！初期症状 発症時の初期症状を知り、もしもの時の対応を学ぶ。 3 脳卒中の原因は 脳卒中の原因となる生活習慣を知る。 4 脳卒中予防10か条を知って生活習慣を見直しましょう！ 栃木県訛りに置き換えた脳卒中予防10か条を知り、自らの生活習慣の振り返りや見直しにつなげる。
出前講座の可否○× (注意事項)	○
必要な感染対策	<p>受付時に検温と手指消毒を行う。</p> <p>原則マスクを着用する。</p> <p>休憩前後に手指消毒を行う。</p>