

第6回 市民公開講座

NPO食支援ネットワーク・長崎嚥下リハビリテーション研究会主催

■ 基調講演

肺炎になりたくなかったら ノドを鍛えなさい!

早い気づきでフレイル予防<介護予防>

入場
無料

平成30年 5月20日 日 12:00 開場 12:30 開演
アルカス佐世保 1階 イベントホール

■ 講師 ■

「肺炎がいやならのどを鍛えなさい」著者 西山 耕一郎先生



誤嚥性肺炎という病気をご存知ですか？

「誤嚥」とは食べ物や唾液が誤って気管に入り込むことです。誤嚥性肺炎による死亡は日本人の死因の第3位となっています。

「誤嚥」は飲み込む力の低下、つまり『のどの衰え』が原因です。日常生活で問題がなくとも年齢とともに筋力（筋肉の量）などが減少し誤嚥性肺炎の予備軍<これをフレイル>となります。フレイルは、健全な状態と要介護状態の中間の状態であり、要支援・要介護の危険が高い状態です。

この「市民公開講座」では『のどの衰え』の検査、その予防の方法、さらに初期認知症について解説をしてまいります。



■ シンポジウム ■ 「テーマ “フレイル” を知ろう」 13:45 ~ 15:15

- ・フレイルとは…長崎大学医学部保健学科 井口 茂先生
- ・お口のフレイルの予防…NPO長崎嚥下リハビリテーション研究会 山部 一実
- ・認知症のフレイル対策…NPO長崎嚥下リハビリテーション研究会 井手 芳彦
- ・報告:「地域在住高齢者の主観的な嚥下機能とフレイルとの関連」
…吉井地域地域包括支援センター 保健師 西田 隆宏

フレイル関連商品を
展示します!
認知症関連パンフ
嚥下関連食品 など

連絡先: NPO食支援ネットワーク・長崎嚥下リハビリテーション研究会
佐世保市江迎町長坂180-9 山部歯科医院内

■ 後援: 佐世保市/佐世保市医師会/長崎県保険医協会/長崎県国保団体連合会/長崎県理学療法士協会/長崎県作業療法士会/長崎県言語聴覚士会/長崎県看護協会/長崎県栄養士会/長崎県介護福祉士会/NBC長崎放送 (順不同)