

第4回 介護予防・認知症予防総合フェア2010

◇わかりやすく学べる基調講演・セミナー◇

東京都健康長寿医療センター研究所・井藤英喜所長や、研究所先生方による介護予防全般の基調講演のほか、各研究員による認知症予防対策や介護予防対策についての正しい知識が学べるセミナーを実施します。

3/5 (金) ワールドインポートマート 4階 展示ホールA (セミナールーム①) **当日 先着順**

10:00 }	「高齢者医療・介護保険制度の現状と今後の課題」 東京都健康長寿医療センター 研究所 センター長 井藤 英喜
11:30 }	「私たちが目指す 認知症予防」 東京都健康長寿医療センター 研究所 副所長 丸山 直記

3/6 (土) ワールドインポートマート 4階 展示ホールA (セミナールーム①) **当日 先着順**

10:00 }	「国民の安全と安心を支える社会保障」 厚生労働省 審議官 香取 照幸
11:30 }	「これからの住宅と多様な住まい方」 東京都健康長寿医療センター 研究所 副所長 高橋 龍太郎

3/5 (金) ワールドインポートマート 4階 展示ホールA (セミナールーム②) **当日 先着順**

10:30 }	「脳の働きを良くする食事」 東京都健康長寿医療センター 研究所 非常勤研究員 成田 美紀
13:00 }	「尿失禁は予防できる」 東京都健康長寿医療センター 研究所 自立促進と介護予防研究チーム 研究副部長 金 憲経
14:30 }	「認知症高齢者への支援・援助」 東京都健康長寿医療センター 研究所 自立促進と介護予防研究チーム 研究員 稲垣 宏樹
16:00 }	「認知症のケア ―言葉と想いを探る」 東京都健康長寿医療センター 研究所 研究員 伊東 美緒

3/6 (土) ワールドインポートマート 4階 展示ホールA (セミナールーム②) **当日 先着順**

10:15 }	「生活習慣病予防のための食事」 東京都健康長寿医療センター 研究所 非常勤研究員 成田 美紀
11:30 }	①「口腔機能の老化」 東京都健康長寿医療センター 研究所 自立促進と介護予防研究チーム 専門副部長 平野 浩彦
12:30 }	②「義歯洗浄剤と義歯安定剤の最新情報」 東北大学大学院歯学研究所 教授 濱田 泰三
13:00 }	「認知症の予防について (ものわずれ相談プログラム)」 鳥取大学医学部保健学科 教授 浦上 克哉
14:30 }	「健康づくり・介護予防に取り組もう」 東京都健康長寿医療センター 研究所 社会参加と地域保健研究チーム 研究副部長 藤原 佳典

*講演・セミナータイトルは、変更になる場合があります。

おたっしや健診・・・「元気度チェック」しませんか!!

日常生活のチェックと必要な体力を測ることで、改善点を知ることができる「おたっしや健診」。簡単な質問と、握力、片足立ち、歩行速度の測定を通じて、老化のサインが見つかります。受診後は、老人研を中心とする専門スタッフが対処法などをアドバイス、今日から「介護予防」に取り組めます。



\\いきいきシニア健康ウォーク\\

ウォーキングの効果について学ぶイベント、「いきいきシニア健康ウォーク」を、今年も開催します。今年のコースは、江戸川公園をスタートして、神田川沿いの名園と豊島区の名所を巡ります。セミナー「ウォーキングで脳のはたらきを良くしよう」の受講後には、修了書と記念品のプレゼントのほか、お楽しみ抽選会もあります。

- 日時：3月6日(土) 午前9時50分 集合
- 集合場所：江戸川公園 (東京メトロ有楽町線江戸川橋駅そば)
- コース：江戸川公園→椿山荘→面影橋→目白不動→鬼子母神堂→本立寺→サンシャインシティ (12:30 到着予定。ご昼食をご用意しています)
- 費用：300円 (資料・保険料等) ●申し込み：当日
- 協力 (問い合わせ)：豊島歩こう会 (03-3986-8620)
- 協賛：山佐時計計器株式会社 ヨネックス株式会社



その他、会場内では「脳に良い料理教室」、**体力チェック**など各ブースでも体験できる色々な催しも行っています。ぜひご来場下さい!!

ウォーキング参加者及び一般来場者向けセミナー

- ◆日時 3/6 (土) 13:30 ~ 14:30
- ◆講演 「ウォーキングで脳のはたらきを良くしよう」
東京都健康長寿医療センター 研究所 老化制御研究チーム 主任研究員 堀田 晴美
- ◆場所 東京池袋サンシャインシティ・ワールドインポートマート 5階 コンファレンスルーム No.6~9 (予定)
- ◆定員 200名 (ウォーキング参加者以外は先着順)