

転倒予防に向けた体力作りと認知症予防



2023年10月29日 (SUN)
14:00～16:00 (受付開始13:00～)
於 大阪保健医療大学2号館 講堂
先着**30**名(65歳以上の方優先)
費用:無料

お申込方法は裏面→

第一ブース『転倒予防に向けた体力作り』

講師: 岡 智大 先生(大阪保健医療大学 講師/理学療法士)

年齢を重ねると、「立ち上がる」や「歩く」などの運動能力が低下し、骨密度の減少などで転倒で骨折しやすくなるとされています。骨折してしまうと介護が必要になることが多いため、元気に長生きするためには転倒を予防することが重要です。今回の講座では、「どのような人が転倒しやすいのか」「転倒で骨折するとどうなるのか」「転倒予防のための身体作り」について、体操も交えながらご説明します。

岡 智大【講師プロフィール】

神戸学院大学総合リハビリテーション学部卒業、理学療法士資格を取得。その後、神戸大学大学院保健学研究科博士(保健学)を修了。整形外科領域のリハビリテーションに10年以上従事し、骨・関節疾患を専門としている。2021年より大阪保健医療大学理学療法専攻教員として勤務。地域で転倒予防教室や介護予防教室を開催し、高齢者の健康増進に向けた取り組みも行っている。



第二ブース『認知症予防と生活習慣』

講師: 大類 淳矢 先生(大阪保健医療大学 助教/作業療法士)

認知症にかかる患者数は増加傾向にあり、この先さらにその傾向が強まる見込みと言われていいます。「認知症予防」には、発症そのものの予防、認知症の早期発見・早期治療、発症した後の進行の予防のそれぞれが含まれますが、今回は特に発症と進行の予防についてのお話をさせていただきます。普段の生活で何に気を付ければよいのか、どのような取り組みが望ましいのか、などを楽しみながら、体験しながら一緒に学びましょう。

大類 淳矢【講師プロフィール】

大阪府立大学卒業、同大学大学院博士前期課程修了、大阪公立大学リハビリテーション学研究科博士後期課程在学中。総合病院内の精神科作業療法に10年以上従事し、精神疾患や認知症を抱えた方へのリハビリテーションや退院支援、地域で生活する高齢者の生活障害の予防、改善に取り組む。2022年度日本認知症予防学会学術集会にて浦上賞を受賞。専門は脳波、自律神経活動、作業参加、多職種連携など。



第三ブース『転倒予防のための姿勢/バランス測定会』

担当: 藪中 良彦 先生(大阪保健医療大学 教授/理学療法士)
相原 一貴 先生(大阪保健医療大学 講師/理学療法士)

自分の身体の変化はなかなか気づきにくく、気を付けているつもりでも、つまずくことが増え、日頃の生活でヒヤッとする場面があると思います。理学療法学専攻ブースでは、皆さんの立位姿勢やバランス(重心動揺)、歩く速度を測定し、現時点での「転びやすさ」について、ご説明します。

「転倒予防に向けた体力作りと認知症予防」

参加申込書 FAX:06-6354-8887

申込

いずれも申込期間は**9/1(金)～10/26(木)**です

QR
コード
で

右のQRコードより申し込んでください。

URLはこちら <https://forms.gle/1szggACgBMMMyYiD57>

後日確認メールをお送りします。

@ohsu.ac.jpのドメインを受信できるように設定してください。



お電話
で

06-6354-0091にお電話ください。

受付時間 ... 10:00-18:00

※日曜日・祝日は閉館のためご対応できません。



FAX
で

以下に必要事項をご記載のうえ、**06-6354-8887**に
FAXをお送りください。

後日確認のお電話をさせていただきます。

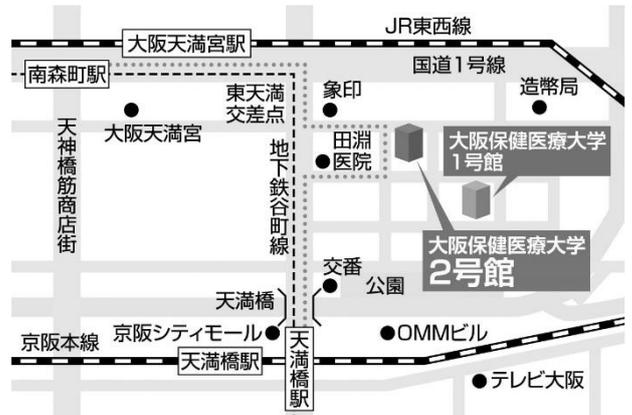


お申込日	2023年	月	日	電話番号	()
氏名					
参加人数	名	※他の参加者がいる場合、氏名をご記入ください。	・	・	・
住所	〒				

アクセス

〒530-0043 大阪市北区天満1-17-3
大阪保健医療大学・大阪リハビリテーション専門学校
会場は2号館です。

- 京阪電鉄・大阪メトロ「天満橋」駅から徒歩約10分もしくは
- JR「大阪天満宮」駅、大阪メトロ「南森町」駅から徒歩約8分



大阪保健医療大学は、リハビリテーションの専門職（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）を育てる学校です。私たちは、地域の健康づくりに貢献し、社会に開かれた大学を目指しています。