

高齢者に対するフレイルの普及啓発
および
認知症予防のためのコグニサイズの普及

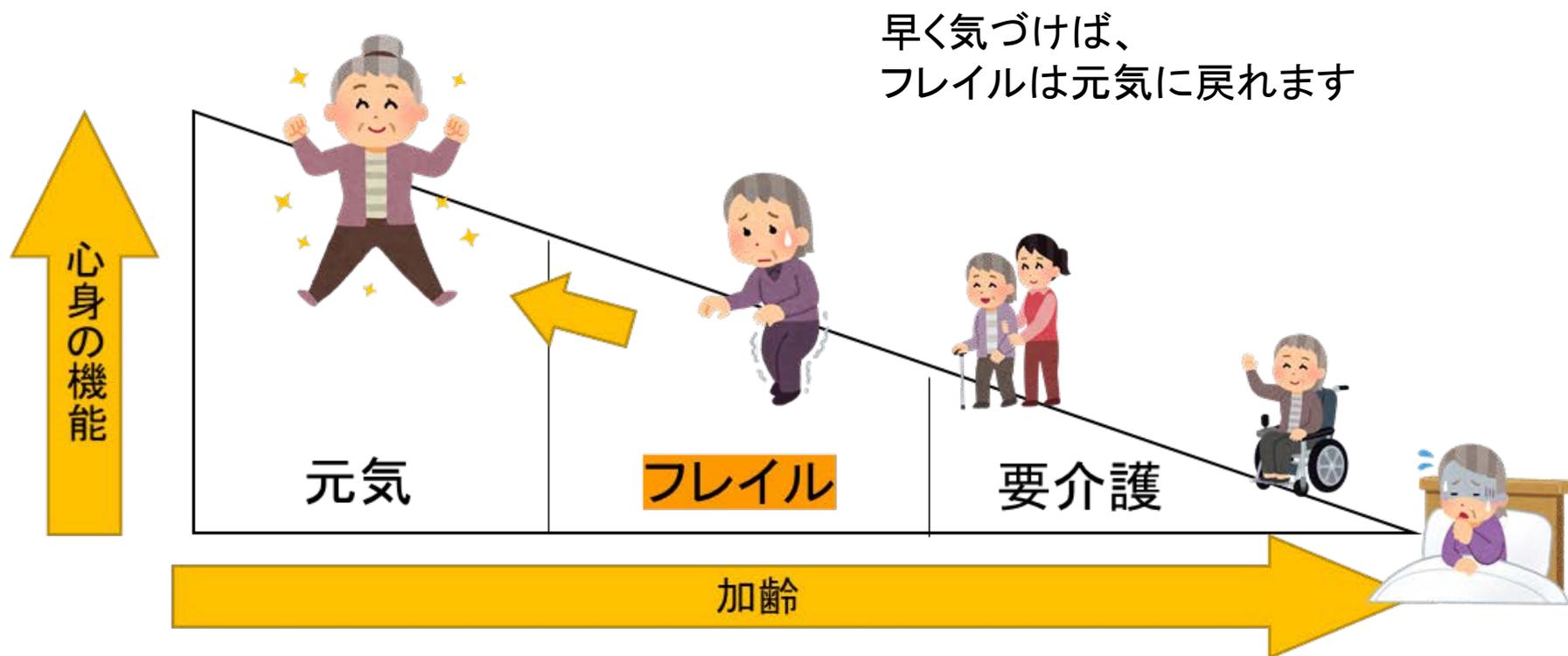
2023年10月26日(木)10:00~12:00

国際医療福祉大学 理学療法学科



フレイル（虚弱）

フレイルとは、年齢とともに、筋力や心身の活動が低下し、介護が必要になりやすい健康と要介護の間の虚弱な状態





コグニサイズ

Cognition
コグニション

認知



頭を使う

Exercise
エクサイサイズ

運動



からだを使う

第2回 日本老年療法学会の参加

第2回 The 2nd Annual Meeting of the Japan Geriatrics Therapy Society
日本老年療法学会学術集会

HOME 会長挨拶 開催概要 プログラム 事前参加登録のご案内 演題登録 参加者へのご案内 座長・演者へのご案内 企業の皆様へ 奄美大島郡内セラピストの皆様へ 市民公開講座

会期 2023. 9/2(土)~3(日)

会場 アマホームPLAZA (奄美市市民交流センター)
〒894-0032 鹿児島県奄美市名瀬柳町2番1号

会長 牧迫 飛雄馬
国立大学法人鹿児島大学 医学部保健学科 教授
一般社団法人 日本老年療学会 副理事長

【参加者限定】
WEB参加はこちらから

老年療法学の確立へ向けて
～多職種・異分野融合によるイノベーション～

ハイブリッド開催

医師
理学療法士
作業療法士
言語聴覚士
視能訓練士

など

基調講演

9月2日(土) 13:30~14:10

未来を見据えた老年療法学の役割

【演者】

荒井 秀典 (国立長寿医療研究センター 理事長)

【座長】

島田 裕之 (国立長寿医療研究センター老年学・社会科学研究センター センター長、日本老年療学会 理事長)

学会での気づき

- ④ 市町村レベルでの専門職のフィジカルアセスメントやビッグデータによって健康増進・延伸、社会保障費の抑制
- ④ コホート研究から地域高齢者の改善、維持、悪化群で比較→地域課題の発見し、効果的なアプローチ（地域住民の連携強化は不可欠）
- ④ オンラインでの通いの場やスポーツ活動によって高齢者の認知症対策、交流の場、孤独からの開放（サクセスフルエイジング）
- ④ リスク別に応じた予防システム
長期にわたる自己管理予防システムの構築

地域住民への普及啓発

地域公開講座

高齢者のフレイルと
認知症予防のための
コグニサイズ

申込み：不要
参加費：無料

フレイルってなんだろう？

認知症を予防するには？

2023年
日時 10月15日(日)
10:00~11:30

講師 牧迫 飛雄馬
(理学療法学科 3期卒業生)

場所 国際医療福祉大学
大田原キャンパス (大田原市北金丸2600-1)

お問合せ 0287-24-3000 (国際医療福祉大学 総務課)

後援：大田原市・那須塩原市・那須町

大学ホームページ

後援

- ・大田原市
- ・那須塩原市
- ・那須町

参加者

専門家との意見交換

地域公開講座

STEP 1

日時

2023/10/15

対象

市民向け

会場

大田原市

介護予防

STEP 2

日時

2023/11/2

対象

リハネット

会場

オンライン

リハ専門職

STEP 3

日時

2024/3/14

対象

医療専門職

会場

那須塩原市

ほほえみセンター マップ

栃木県 大田原市

開所日時については、季節等により変動しているため、
高齢者幸福課・高齢支援係にお問い合わせください。
TEL.23-8740



1 寺町ほほえみセンター
住所 山の手1-9-5
電話 22-7821
開所日 火・木・土・日
午前9時30分～午後5時



20 福寿草ほほえみセンター
住所 中田原383-2
電話 23-0150
開所日 火・木・土
午前9時～正午



25 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



2 仲町ほほえみセンター
住所 新富町2-3-37
電話 24-0325
開所日 月・水・金
午前10時～午後3時



26 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



27 若草ほほえみセンター
住所 若草1-1475-127
開所日 月・水・金
月(午前10時～午後3時)
水・金(午前9時30分～午後3時)



3 元町ほほえみセンター
住所 元町1-9-33
開所日 月・火・木・土
午前9時30分～正午
土(午前9時30分～午後4時)



4 大手清水町ほほえみセンター
住所 元町2-4-27
開所日 月・水・金・土
午前9時30分～正午



5 美原ほほえみセンター
住所 美原1-18-6
開所日 月・土
午前9時～午後4時



6 深川ほほえみセンター
住所 深川1-2829-41
電話 23-2469
開所日 月・土
午前9時～午後3時



7 若草ほほえみセンター
住所 若草1-1475-127
開所日 月・水・金
月(午前10時～午後3時)
水・金(午前9時30分～午後3時)



8 中田原ほほえみセンター
住所 中田原1350
開所日 火・木・土
午前10時～午後3時



9 市野沢ほほえみセンター
住所 市野沢1350-1
電話 22-5417
開所日 火・木・土
午前9時～正午



10 金丸ほほえみセンター
住所 市野沢1542-3
開所日 火・木・土
午前9時～午後4時



11 鹿沼ほほえみセンター
住所 鹿沼62-22
開所日 日・木・土
午前9時～正午



12 観園ほほえみセンター
住所 観園2939
開所日 火・木・土
午前9時～午後3時30分



13 下石上ほほえみセンター
住所 野崎2-13-6
開所日 月・水・金
午前9時～正午



14 薄葉ほほえみセンター
住所 薄葉1903-2
開所日 月・土
午前9時～午後4時
日(グラウンドゴルフ)



21 川上地域ほほえみセンター
住所 川上185
開所日 火・土
午前9時30分～正午



22 黒羽ほほえみセンター
住所 黒羽田町329-1
電話 54-0501
開所日 月・水・金
午前9時～正午
※休業2・第4日午前9時30分～午後4時



23 高郷ほほえみセンター
住所 中野内773
電話 59-0111
開所日 火・金
午前9時30分～午後11時30分



18 川西ほほえみセンター
住所 黒羽向町409-1
電話 54-2787
開所日 月～日
午前9時～午後5時(不定期)
※2・第4日曜日はお休み



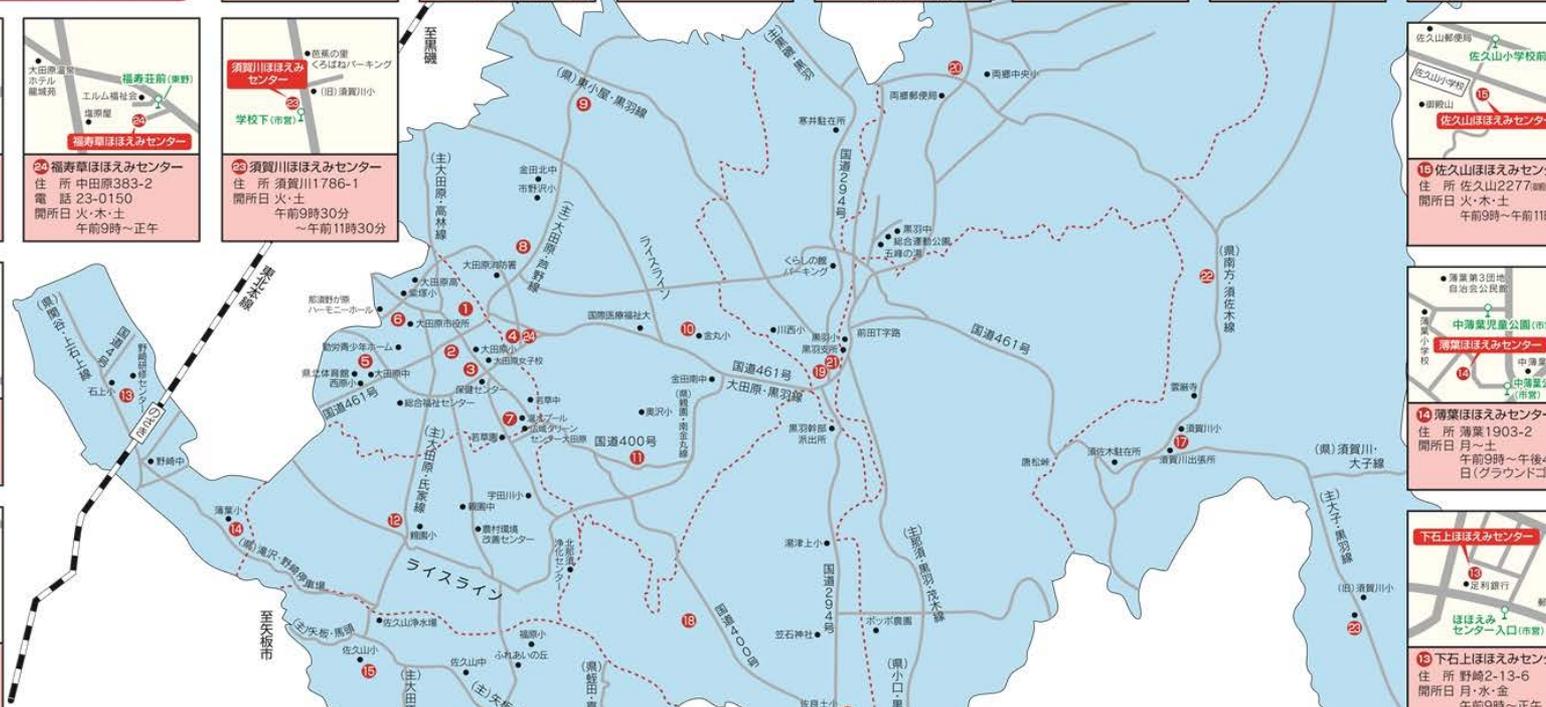
19 蛭田ほほえみセンター
住所 蛭田453-2
開所日 火・木・土
午前9時～午後4時



17 須佐木ほほえみセンター
住所 須佐木53(ひなたほっこ内)
開所日 火・土
午前9時～午前11時30分



15 佐久山ほほえみセンター
住所 佐久山2277
開所日 火・木・土
午前9時～午前11時30分




24 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



28 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



29 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



30 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



31 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



32 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



33 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



34 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



35 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



36 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



37 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分



38 須賀川ほほえみセンター
住所 須賀川1786-1
開所日 火・土
午前9時30分～午前11時30分

iPadを使った認知機能検査

3/7日(火)

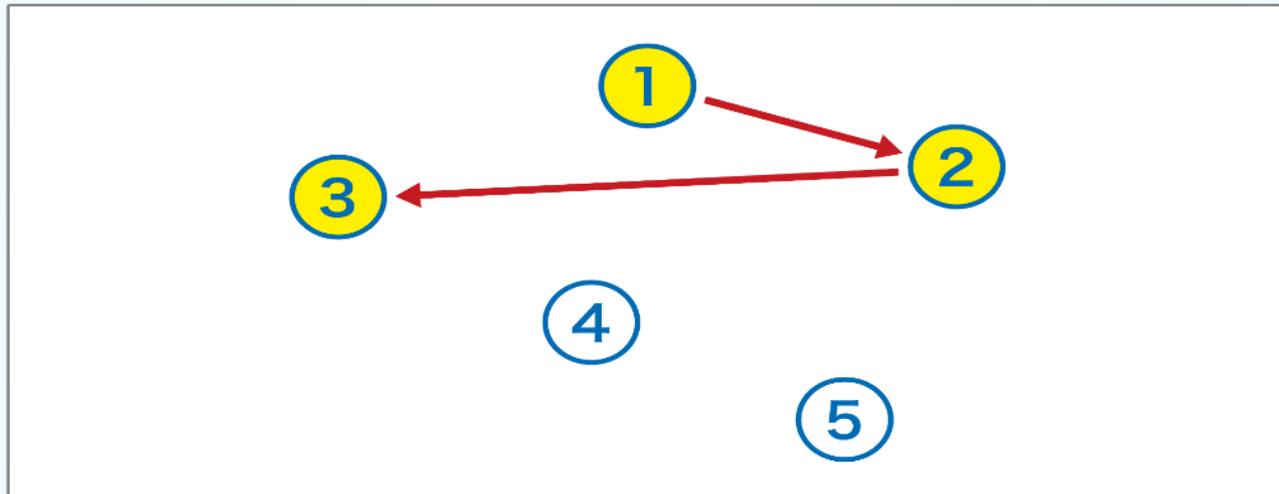
9



注意・遂行機能



正しい順序で押していくと数字の色が変わります。
すべての数字の色が変わると「終了」となります。



活動を通じた感想と今後

- ④ フレイルに陥る因子や条件を市民に還元
- ④ 認知症講座や計測などに来ていない無関心層へのメディアを通じた発表
- ④ 高齢者だけでなく若年層への健康なライフスタイルへの気づきやアンバランスな生活へのコーチング
- ④ 認知機能のスクリーニング検査
 - 高リスク者への治療・介入
 - 低リスク者への通いの場の提案
- ④ 核家族世帯の若年層(学生など)を通じた高齢者へのコグニサイズの普及