

健康で長生きすることは、超高齢社会の課題であり、私たち一人ひとりの願いでもあります。介護を受けることとなる原因の1位は認知症、3位4位5位の衰弱、骨折・転倒、関節疾患はまさにフレイルの状態であり、これらを合計すると2位の脳血管疾患よりも多い数になります。認知症やフレイルをただ怖れるのではなく、なるべくならないように、なっても進行を遅らせるように、今できることから始めましょう。

今回は「100歳までいきいきと」住み慣れたところで自分らしく生活できるよう、薬剤師、臨床検査技師、栄養士がそれぞれの専門の立場から情報発信します。ぜひご視聴ください。

テーマ

100歳までいきいきと～認知症・フレイルなんて怖くない～

日時

令和3年11月8日(月)～令和3年11月21日(日)

開催方法

YouTubeへ講演動画の公開

講演

I

## 「認知症」～かかりつけ薬剤師としての関わり～

認知症を治す薬は、まだまだ開発途中です。早期に気づき、いかに進行を抑えていくかが大切です。今回は、認知症の薬物療法を中心に、かかりつけ薬剤師が、地域において、どんな活動をしているのか、またフレイルと認知症の関係についてお話しいたします。

大阪府薬剤師会 理事 篠原 裕子

講演

II

## 「物忘れ…もしかして認知症予備軍？」

その物忘れ、本当に年齢によるものですか？少しでも気になったら、一度検査を受けてみませんか？どんな検査があるんだろうという不安を少しでもなくすために、検査についてお話しさせていただきます。特に、検査としては馴染みの薄いMRIや神経心理学的検査についてお話しいたします。

いわた脳神経外科クリニック 是枝 真由美

講演

III

## 「食生活とフレイル」～認知症を予防しよう～

将来の自分の身体は今の食生活によって作られます。“食べることは生きること”。認知症や寝たきりにならず、最期まで元気に過ごせるよう、まずは介護状態の前段階であるフレイルを予防するための食生活について学びましょう。

社会医療法人 啓仁会 咲花病院 栄養科 主任(管理栄養士)高橋 純子

プログラム

QRコードもしくは大阪府薬剤師会・大阪府臨床検査技師会・大阪府栄養士会のホームページよりご視聴いただけます

