

知って得する! ~いざ入院しても 元気に退院する秘訣~

プロから学ぶ 老年症候群 ~フレイル編~



参加費
無料

日時：2022年6月25日(土) 10:00~11:30 受付開始 9:30

会場：御幸老人いこいの家 (JR川崎駅から市営バス 御幸小学校前)

講師：小島 巖先生 (川崎市立川崎病院 理学療法士) 定員：25名 (先着順 事前申込制)

健康長寿に向けて必要な取り組み、それは「フレイル予防」!

老年症候群は、生活の質を低下させ、やがて要介護や死亡の原因になります。老年症候群を知って、いつまでも元気に活動し、家族や友人、地域の人たちとつながり、社会参加しながら毎日を送いませんか? そんな高齢期を過ごすには、老年症候群のなかでも「フレイル(虚弱)」の予防・対策がカギとなります。このセミナーでは、フレイルについての解説を含め、その予防方法について、現場のプロである理学療法士が解説します。

講演内容

- ・老年症候群って何なの!?
老年症候群が予後に与える驚くべき悪影響
- ・老年症候群とフレイルの関係
老年症候群でこんなにあるの!?
- ・私ってフレイル!?
質問票を使ってフレイルチェックをしてみよう
【実践! フレイル評価】
- ・フレイル予防ってどんなことなの!?
運動が大事! フレイルに対する運動の効果

講師プロフィール

川崎市立川崎病院
リハビリテーション科
理学療法士

これまで呼吸・循環器を中心と急性期医療に従事。現在は、病院内だけでなく地域に向けて「地域とリハビリテーション」の啓発活動を医療スタッフに向けて実施中。



医療スタッフ
の団体だから
安心



寝たきり予防協会は医療現場で働く看護師やリハビリ専門職が集まる団体です。一般の方に、寝たきりにならないための知識をわかりやすく伝えていきます!

主催

川崎市幸区社会福祉協議会

後援 寝たきり予防協会

申込方法

事前申込 (先着順)
6月22日(水)までに御幸老人いこいの家に電話または窓口に直接
御幸老人いこいの家 044-522-1516

申込締切
6月22日(水)