

公開講座を実施 新聞に掲載されました

イムスやぶづかロイヤルケアセンター、
イムス太田中央総合病院 主催

平成27年11月21日(土)、藪塚本町中央公民館にて
高崎健康福祉大学 山上 徹也先生(当施設非常勤勤務)
による講座、『家庭でできる認知症予防』が開かれました。
多くの方にご参加いただき、タオルを使用した体操を
楽しく実演いただきました。

毎月公開講座を実施しております。
詳しくは、イムス太田中央総合病院へご連絡下さい。

TEL:0276-37-2378



家庭でできる認知症予防としてタ
オルを使った体操に挑戦した

生活習慣を見直して
家庭で認知症予防を

藪塚でイムス講座

生活習慣を見直すことで認知症
を予防する講座「家庭でできる認
知症予防」が、藪塚本町中央公民
館(太田市)で開かれた。

2012年の厚労省の調査によ
ると、85歳以上の約半数、95歳以
上の約8割が認知症患者。講師を
務めた山上徹也さん(高崎健康福
祉大学理学療法学科)は、高齢に
なるほど認知症のリスクは高まる
と説明し「一人ごとだと思わずに対

策を」と呼びかけた。

家庭でできる予防法として①生
活習慣病の予防②バランスの良い
食事③中期から行う楽しく定期
的な運動④脳の活性化」を挙げ、
完全な予防はできないが、発症や
進行を遅らせることができるこ
と語った。特に運動の重要性にふ
れ、講座ではタオルを使った体操
にも挑戦した。

太田市のイムス太田中央総合病
院とイムスやぶづかロイヤルケア
センターが主催。地域住民に医療・
介護などの情報を提供しようとい
う1回公開講座を行っている。