



健康寿命の延ばし方

東京都健康長寿医療センター研究所

高齢者健康増進事業支援室研究部長 **大淵修一先生**

平成31年 **3月17日(日)**

開場 13:00

健康長寿・
介護予防
フォーラム

講演会: 13:30~15:00 健康相談: 15:30~17:00

さいたま市民会館うらわ 705・706 室 (さいたま市浦和区仲町 2-10-22)

医学博士 大淵修一先生プロフィール

国立療養所東京病院附属リハビリテーション学院卒業
アメリカ合衆国ジョージア州立大学大学院にて理学修士号取得
北里大学医学部大学院にて医学博士号取得
専門理学療法士 (基礎理学療法、生活環境支援理学療法)
介護予防認定理学療法士

北里大学医療衛生学部助教授を経て、平成15年度より東京都老人総合研究所介護予防緊急対策室長。

現在、東京都健康長寿医療センター研究所、介護予防研究テーマ・高齢者健康増進事業支援室研究部長、高齢者健康増進センター専門部長。
専門領域は、理学療法学、老年学、リハビリテーション医学。



主な著書

【専門職向け】

- 「完全版 介護予防マニュアル」法研 (共著)
- 「介護予防 包括的高齢者運動トレーニング」健康と良い友だち社 (共著)
- 「健康増進と介護予防」理学療法 MOOK11 三輪書店 (共著)
- 「続 介護予防完全マニュアル」財団法人 東京都高齢者研究・福祉振興財団 (共著) 他

【一般向け】

- 「健康寿命の延ばし方」中央公論新社
- 「家族みんなの介護予防運動マニュアル」財団法人 東京都高齢者研究・福祉振興財団
- 「絵を見てできる介護予防」法研 (編著) 他

健康相談

☆薬・栄養・運動・口腔ケア(歯科)・介護の各ブースで
専門家がご相談を承ります。

☆高性能体組成計で部位別筋肉量・内臓脂肪などの測定。

参加費 1500円 定員 80名

申込方法 Fax・E-mail または電話(詳しくは裏面へ)

主催: NPO法人 ヒューマンシップコミュニティ

後援: 埼玉県・さいたま市・埼玉県社会福祉協議会・さいたま市社会福祉協議会・埼玉県理学療法士会

埼玉県栄養士会・埼玉県薬剤師会・さいたま市薬剤師会・埼玉県女性薬剤師会 (申請中)

健康相談

- ① 運動・リハビリ相談
- ② お薬相談
- ③ 栄養相談
- ④ 口腔ケア・歯科相談
- ⑤ 介護相談
- ⑥ その他

下の記入欄に相談したい項目を選んで（複数可）、番号（①～⑥）を記入してください。

記入欄

NPO 法人ヒューマンシップコミュニティ

「いきいき相談室」とは？

医師・歯科医師・薬剤師・理学療法士・管理栄養士・歯科衛生士・保健師・介護支援専門員・心理カウンセラーなど専門職が多職種で連携して、介護家族や音楽・芸術の専門家のスタッフと共に、住居地まで出向き、楽しい居場所づくりと介護予防・健康維持・増進のための『出張健康相談室』である。

高性能体組成計を用いて筋肉量・脂肪量などの数値バランスを測定。そのデータをもとに現状の解説をする。毎回、専門職による健康講座を開き、音楽に合わせてみんなで、簡単なスクワットを取り入れた運動をしている。

お申込方法:FAX・E-mail またはお電話でお申込みください。締切 3月15日

FAX 下記の申込書に記入し、048-873-1228にご送信ください。

住所	〒		
フリガナ			
氏名			
電話番号	性別	男・女	
E-mail			
年代	20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代以上		

E-mail sanoyuu2000@yahoo.co.jp

お電話の場合 048-873-1228にて留守番電話が承ります。ご住所、お名前、性別、年代をお知らせください。

お問い合わせ先・お申込み先

NPO 法人 ヒューマンシップコミュニティ

※ご記入いただいた個人情報は、この企画関連以外の用途には使用いたしません。

※ご来場は公共機関のご利用をお願いいたします。