

健康のことや介護予防について、役立つ情報を配信します！

はればね 健康フェスタ

参加費
無料!

※要事前申込

オンラインセミナー

開催日

令和3年

9月12日

10:00~13:00

申込方法

右記の申込フォームよりお申し込みください。

詳細は裏面をご覧ください。

<https://pro.form-mailer.jp/fms/f542067a232057>



基調講演

「公衆衛生学から見た フレイル予防について」

東北大学大学院医学系研究科 公衆衛生学分野 辻一郎 教授

昭和58年に東北大学医学部卒業。

リハビリテーション専門医を経て、平成元年に東北大学医学部公衆衛生学講座助手。米国ジョーンズ・ホプキンス大学公衆衛生学部疫学科留学の後、平成14年より東北大学大学院医学系研究科公衆衛生学分野教授。

専門は、生活習慣病・老化の疫学と介護予防。健康寿命に関する疫学研究に基づき、健康寿命の延伸策を提言している。



薬剤師会

「フレイル・サルコペニアの 薬局での取組について」

エイブル調剤薬局 関口 総司郎

公益社団法人仙台市薬剤師会 理事 三浦 れん

看護師会

「認知症予防と対応」

公益社団法人宮城県看護協会 認知症看護認定看護師 和泉 香奈

栄養士会

「フレイル予防の栄養」

公益社団法人宮城県栄養士会 会長 片倉 成子

柔道整復師会

「膝痛・腰痛予防!健康いきいき運動教室」

「筋力・バランス能力UP体操」

公益社団法人宮城県柔道整復師会 若井 晃

主催 公益社団法人 宮城県柔道整復師会

共催 公益社団法人 仙台市薬剤師会 / 公益社団法人 宮城県看護協会 / 公益社団法人 宮城県栄養士会

後援 宮城県 / 仙台市 / 一般社団法人 仙台市医師会 / 一般社団法人 宮城県歯科技工士会 / 一般社団法人 宮城県介護福祉士会 / 宮城県老人保健施設連絡協議会
学校法人菅原学園 仙台保健福祉専門学校 / 学校法人北杜学園 仙台医療福祉専門学校 / 学校法人健全学園 東日本医療専門学校 / 学校法人赤門宏志学院 赤門鍼灸柔整専門学校
学校法人東北柔専 仙台接骨医療専門学校 / 学校法人滋慶学園 仙台医健・スポーツ専門学校

河北新報社 / NHK 仙台放送局 / TBC東北放送 / 仙台放送 / エフエフエフ / KHB東日本放送 / 朝日新聞仙台総局 / 産経新聞東北総局 / 毎日新聞仙台支局
読売新聞東北総局 / エフエム仙台 / ラジオ3 FM76.2 / fmいづみ797 / エフエフエフ株式会社

協賛 株式会社エス・エス・ピー 仙台営業所 / 株式会社カナケン 仙台出張所 / 株式会社グローバー / ミナト医科学株式会社 仙台営業所 / 一般社団法人 日本認知症予防マージャン協会

お問い合わせ

公益社団法人 宮城県柔道整復師会内 はればね健康フェスタ事務局 〒980-0011 仙台市青葉区上杉2丁目9-8

TEL.022-262-9181 FAX.022-262-4181 <http://www.mjs.or.jp>

はればね 健康フェスタ

オンラインセミナー

開催日 令和3年 **9月12日**
10:00~13:00

タイムスケジュール

- 10:00~ ▶ 開会
- 10:10~11:10 ▶ 基調講演
- 11:10~11:25 ▶ 薬剤師会
- 11:30~11:45 ▶ 看護協会
- 11:50~12:05 ▶ 栄養士会
- 12:10~12:20 ▶ 柔道整復師会の取り組み
- 12:25~12:35 ▶ 柔道整復師会
- 12:40~12:45 ▶ 仙台市からのお知らせ
- 12:50~ ▶ 閉会

※開催時変更になる場合があります。

講師紹介

基調講演

10:10~11:10

「公衆衛生学から見たフレイル予防について」

東北大学大学院医学系研究科 公衆衛生学分野
辻 一郎 教授

著書

「のぼそう健康寿命」(岩波アクティブ新書)
「病気になるやすい「性格」」(朝日新書)
「健康長寿社会を実現する」(大修館書店)など



薬剤師会

11:10~11:25

「フレイル・サルコペニアの 薬局での取組について」

エイブル調剤薬局
関口 総司郎

公益社団法人仙台市薬剤師会 理事
三浦 れん

仙台市薬剤師会ではフレイル・サルコペニア
ワーキンググループを立ち上げ、研修会を行い
実際の現場で予防啓発活動に取り組んでおりま
す。今回、6月のフレイル・サルコペニア月間に
合わせて各薬局でフレイルチェックや食事指導
に取り組んだ結果を発表させていただきます。

看護師会

11:30~11:45

「認知症予防と対応」

公益社団法人宮城県看護協会
認知症看護認定看護師

和泉 香奈

認知症の予防には、日頃から脳の状態をできる
だけ良い状態に保つことが重要とされています。具
体的には「適度な運動」「十分な食事と睡眠」はもち
ろん、趣味や好きなことなど楽しく行える「知的活
動」といったことが良いとされています。
また、認知症の方は人とのコミュニケーションやつ
ながりも重要です。周囲の人が認知症への正しい
知識を持ち、地域で支えられる環境を作っていくこ
とも大切なことです。

栄養士会

11:50~12:05

「フレイル予防の栄養」

公益社団法人宮城県栄養士会 会長
片倉 成子

フレイル予防に大切な栄養素についてお話
します。
筋肉を作ってくれるたんぱく質を多く含む食
品、手ばかりを使った目安量、低栄養防止に
大切な10食品についてお話します。

柔道整復師会

12:10~12:20 / 12:25~12:35

「膝痛・腰痛予防!健康いきいき運動教室」 「筋力・バランス能力UP体操」

公益社団法人宮城県柔道整復師会 若井 晃



自宅で出来る
簡単な運動で
心も身体も
リフレッシュしましょう!

申込方法

右記の申込フォームよりお申し込みください。

本セミナーはビデオ会議ツールZoomにて開催いたします。

ご出席予定のご環境でZoomが使用可能であることを事前にご確認ください。

セミナー参加URLは開催の7日前及び前日にメールにてご案内いたします。

申込フォームにご記入いただいたメールアドレスに登録確認メールが届いていることをご確認ください。

※@m.js.or.jpのドメインからのメールを受け取れるよう設定をお願いいたします。

