

認知症疾患医療センター

市民公開講座

認知症 予防と エイジング ケア

▶▶ できることからやってみよう!

日時
会場

平成28年 **3月13日** [日] 受付▶9:30
岡山大学病院：マスカットキューブ ※ 詳細は裏面のアクセスMAPをご覧ください。

プログラム

10:00～10:05 開会挨拶

10:05～11:00 講演 ● 「生活習慣と記憶とこころ」

岡山大学病院 神経内科 病院講師 菱川 望 氏

11:05～11:55 講演 ● 「エクササイズでエイジングケア」

ヨーガインストラクター・アーユルヴェーダ講師 高橋 依子 氏

体験される方は事前の申し込みが必要となります。
当日は動きやすい服装でバスタオルをご持参ください。

11:55～12:00 閉会挨拶

お問い合わせ
お申し込み先

岡山大学病院医事課医療連携係

TEL：086-235-6499 FAX：086-235-7613

参加費
無料
事前申込要

主催：岡山大学病院認知症疾患医療センター 後援：岡山県

認知症患者は2025年に700万人を超えると予想されています。最近認知症の治療や予防について、テレビや雑誌などで多く取り上げられるようになってきました。社会の関心が高まるなかで、私たちひとり一人の正しい知識と理解が大切ではないでしょうか。

近年、生活習慣病と認知症は関連があると言われていています。若々しさを保つためのエイジングケアも認知症予防の上で重要だと考えられます。

今回は生活習慣病と認知症に関する講演と気軽にできるエクササイズを取り入れた内容になっています。皆さんで楽しみながら認知症予防に取り組みましょう。

講演
①

「生活習慣と記憶とこころ」

菱川 望 Nozomi Hishikawa

岡山大学病院 神経内科 病院講師

- 平成5年:島根医科大学医学部卒業。
- 平成13年:名古屋大学大学院博士課程修了。
刈谷豊田総合病院勤務を経て平成25年より岡山大学病院神経内科勤務。
- 平成26年:岡山大学病院 病院講師、現在に至る。
日本内科学会、日本神経学会、日本認知症学会、日本認知症予防学会、神経病理学会、日本抗加齢学会等所属。日本内科総合内科専門医、認知症専門医。

講演
②

「エクササイズでエイジングケア」

高橋 依子 Yoriko Takahashi

ヨーガインストラクター・アーユルヴェーダ講師

- 平成8年:埼玉大学教育学部卒業。小学校教諭、特別支援学校教諭、盲学校教諭を経て平成17年よりフリーランサーとしてエアロビクスインストラクター、ジムトレーナー、ヨーガインストラクター、アーユルヴェーダカウンセラー、アーユルヴェーダ講師、コスメのアドバイザー、現在に至る。

アクセスマップ



- 岡電バス
 - 岡山駅東口バスターミナル「5番乗り場」から「2H」系統に乗車。「大学病院」構内バス下車。所要時間約10分。
 - 岡山駅東口バスターミナル「5番・6番乗り場」から「12」・「22」・「52」・「62」系統に乗車。「大学病院入口」下車。所要時間約10分。
- 岡山市内循環バス「めぐりん」
 - 岡山駅前「ドレミの街前」「高島屋入口」から乗車。「岡大病院入口」下車。所要時間約10分。
- タクシー
 - 岡山駅タクシー乗り場から約5～10分。

※ ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。岡山大学内の駐車場は有料となります。参加による割引サービスはございませんので、あらかじめご了承ください。

参加申し込み用紙 本紙にご記入の上、FAXにてお申し込みください。

ふりがな
お名前

どちらかを○で囲んでください
医療関係者 ・ 医療関係者以外

同伴参加者 名

住所 〒
ご連絡先 TEL E-mail

FAX 086-235-7613

●応募に関する個人情報は、本公開講座以外では使用いたしません。
●席数に限りがございます。定員になり次第締め切らせて頂く場合がありますのでご了承ください。