【社公】大阪府理学療法士会主催

市民公開講座

フレイルの予防に関する、最新の知見と対策をお伝えします!

2022年2月27日(日) 10:00~12:00

ZOOMを使用したオンライン開催 (ご自宅・職場などからご参加できます!)

【参加】無料

【申込】https://forms.gle/JTkPP5eZrzLuRzAHA

(上記**アドレス**、もしくは右の**QRコード**から申し込み下さい)





「ここまで分かった! フレイル予防」

いまおか まさかず

講師:今岡 真和 先生

大阪河﨑リハビリテーション大学 講師

国立長寿医療研究センター 外来研究員 大阪府立大学 客員研究員 認知予備力研究センター 兼任講師

- ·博士 (保健学)
- · 専門理学療法士(生活環境支援)
- ·認定理学療法士(健康増進・運動器)
- ・骨粗鬆症リエゾンマネジャー など

フレイルという言葉をご存じですか?

フレイルは、加齢に伴い心身が老い衰え、介護が必要になる前の段階です。フレイルの状態にならない!フレイルになっても健康な状態に戻る!ためには、運動、 栄養、社会参加が重要になります。この講座では、フレイルに関する最新の研究結 果から、その予防と対策方法についてご紹介していただきます。

講師の今岡先生は、認知症予防やフレイル予防に関する研究で、数々の受賞歴をお持ちです。最近では高齢期の就労とフレイル、新型コロナとフレイルなどの研究を進めておられます。

この講座を受講いただき、ご自身、ご家族、患者・利用者さまの健康づくり、介護予防にお役立て頂けましたら幸いです。

お問い合わせ:西区理学療法士会 事務局 shiminnkouza-nishiku@outlook.com