

湖山地区健康講演会

in 湖山地区公民館

・「いつまでも健やかに生きるよろこびをめざして」

理事長 尾崎舞

・「転倒・認知症予防教室」 ～ 100歳まで転ばぬためには・・・ ～

井坂徹、井上恵理

9月13日土曜日に湖山地区公民館にて“健康講演会”が開催されました。当院理事長の尾崎舞が「いつまでも健やかに生きるよろこびをめざして」というテーマで認知症と転倒についての講演をしました。講演後は、訪問看護ステーションスタッフによる「転倒・認知症予防教室 ～100歳まで転ばぬためには・・・～」というテーマで講義+実技の転倒・認知症予防教室を行いました。

参加人数は50～60名という多くの方に参加して頂きました。理事長の講演は、皆さんが真剣な眼差しで聞いておられ、時折、冗談を発すると笑いが起こり楽しい、そして勉強になる講演会でした。転倒・認知症予防教室では、予防のポイントなどを伝えながら、皆さんと体を動かし、楽しい時間を過ごせました。講演会後は、いろいろな意見や質問を頂きました。

