



## 第9回君津圏域公開フォーラム

# いつまでも元気に 暮らし続けよう

日時 2018年 9月30日(日) 12:30-16:00  
(12:00~ 受付開始)

参加費  
無料  
申込み  
不要

会場: 君津中央病院 (木更津市桜井1010)

### 講演

12:30~13:30(4階 講堂)  
「老年症候群の予防と対処」  
講師: 大日方 研 先生  
(オビナタクリニック 院長)



### 発表

14:00~16:00  
「市民・地域の健康増進活動の発表・体験」  
市民グループ・認知症カフェなどによる活動の発表や体験など

### 相談 体験

12:30~16:00  
「医療介護専門職によるプログラム」  
① 健康チェック&体験コーナー  
② 健康相談会  
③ イベントコーナー

※詳しいプログラムは裏面をご参照ください  
※動きやすい服装・靴でご参加ください

主催・問合せ先: 君津地域リハビリテーション広域支援センター  
君津中央病院 リハビリテーション科内 担当 児玉 / 景山  
TEL:0438-36-1071(代)

# プログラム

## 市民・地域の発表 & 体験(1階ロビー)

- |                                  |             |
|----------------------------------|-------------|
| □ 音楽療法の紹介                        | 笠嶋音楽療法研究所   |
| □ 認知症カフェ運営と活動紹介                  | げんきカフェきみさらず |
| □ 認知症カフェ運営と活動紹介                  | きみさんち       |
| □ 楽しく動いて認知症予防 & 音楽療法             | POS連地域支援部   |
| □ ふまねっとの紹介                       | 上総ふまねっとの会   |
| □ 健康増進・介護予防体操のポイント               | POS連地域支援部   |
| □ 災害時に役立つ！深部静脈血栓予防体操             | POS連災害部     |
| □ 受動喫煙防止・がん検診受診に関する<br>啓発及びアンケート | 君津健康保健センター  |

## 健康チェック & 体験コーナー(2階リハビリテーションセンター)

- |                                     |            |
|-------------------------------------|------------|
| □ 歩行年齢測定                            | …… 理学療法士   |
| □ 簡易認知機能検査                          | …… 作業療法士   |
| □ 飲み込みチェックで肺炎予防                     | …… 言語聴覚士   |
| □ リラックスで免疫力アップ～リンパマッサージ・アロマ体験～      | …看護師       |
| □ 目の病気シリーズ～白内障～                     | …… 視能訓練士   |
| □ 自宅の血圧計は正確ですか？～血圧計を点検しますのでお持ちください～ | …… 臨床工学技士  |
| □ ふまねつと体験                           | …上総ふまねっとの会 |

## 健康相談会(2階リハビリテーションセンター・栄養相談室・研修室)

- |                 |          |
|-----------------|----------|
| □ お薬相談          | …… 薬剤師   |
| □ 体成分分析を用いた栄養相談 | …… 管理栄養士 |
| □ お口の健康相談       | …… 歯科衛生士 |
- (協力:グラクソ・スミスクライン・コンシューマー・ヘルスケア・ジャパン(株))

## イベントコーナー(2階外来スペース)

- 千葉県ヤクルト販売株式会社
- 株式会社 明治