

教えて！ 老いとの上手な付き合い方

開催日時：平成29年9月8日（金） 13時30分～16時30分
（開場13時00分）

開催場所：北千里 dios 1 番館 3 階パフォーマンスホール（北千里駅前）

共同開催：吹田市北千里地区公民館・大阪大学 未来医療研究人材養成拠点形成事業

大阪大学では加齢に伴う心身の変化や健康長寿のための医療に日々取り組んでいます。この市民公開講座では、吹田市北千里地区公民館と協力して、健康長寿に関する講演を行うと共に大阪大学医学部附属病院で日常的に行っている高齢者の転倒防止運動をご紹介します。医療や介護に携わる方も含めて、広く市民の方にご参加いただけますと幸いです。

◆プログラム◆

・健康長寿のための糖尿病との付き合い方

大阪大学大学院 医学系研究科 老年・総合内科学 助教 赤坂 憲先生



・認知症にならないために今日からできること

大阪大学大学院 医学系研究科 臨床遺伝子治療学 寄附講座准教授 武田 朱公 先生



・レジスタンス運動で老いを克服（講演・実技）

椅子に座って簡単な運動を行います

大阪大学大学院 医学系研究科 老年・総合内科学 安延 由紀子 先生
（理学療法士）



レジスタンス運動



◆お申込み方法◆

吹田市北千里地区公民館：吹田市古江台 4-2 D7, 06-6834-2921

申込み受け付け開始：8月5日（土）10時30分より

参加無料（お申込みのない方はご参加できません）