

健康のことや介護予防について、役立つ情報を配信します！

# はればね 健康フェスタ

参加費  
無料!

※要事前申込

オンラインセミナー

開催日

令和6年

9月8日

10:00~12:50

申込方法

右記の申込フォームよりお申し込みください。  
詳細は裏面をご覧ください。  
<https://tinyurl.com/2pberv2a>



## 基調講演

### 「健康長寿と幸福長寿 ～鍵はフレイル予防～」

東京大学 高齢社会総合研究機構 機構長  
未来ビジョン研究センター 教授

医師 医学博士  
飯島 勝矢 氏

1990年東京慈恵会医科大学卒業、千葉大学医学部  
附属病院循環器内科入局、東京大学大学院医学系研究  
科加齢医学講座 助手・同講師、米国スタンフォード大学医  
学部研究員を経て、2016年より東京大学高齢社会総  
合研究機構教授、2020年より同研究機構教授・機構  
長、および未来ビジョン研究センター教授

【専門】老年医学、老年学(ジェロントロジー:総合老年  
学)、特に健康長寿実現に向けた超高齢社会のまちづく  
り、地域包括ケアシステム構築、フレイル予防研究、在  
宅医療介護連携推進と多職種連携教育



薬剤師会

「薬剤師が行う  
フレイルサルコペニア予防対応」  
公益社団法人仙台市薬剤師会 理事 宮城 昭一

看護協会

「より長く『口から食べる』を  
実現するために大切なこと」  
JR仙台病院 主任看護師  
摂食・嚥下障害看護認定看護師 高橋 菜穂

栄養士会

「食べることを気にしていますか?  
しっかり食べてフレイル予防!」  
公益社団法人宮城県栄養士会 常任理事 高橋 文

柔道  
整復師会

「フレイル予防における  
柔道整復師会の取り組み」  
「膝痛・腰痛予防!健康いきいき運動教室」  
公益社団法人宮城県柔道整復師会 若井 晃

主催 公益社団法人 宮城県柔道整復師会

共催 公益社団法人 仙台市薬剤師会 / 公益社団法人 宮城県看護協会 / 公益社団法人 宮城県栄養士会

後援 宮城県 / 仙台市 / 一般社団法人 仙台市医師会 / 一般社団法人 宮城県歯科技工士会 / 一般社団法人 宮城県介護福祉士会 / 特定非営利活動法人 宮城県ケアマネージャー協会  
宮城県老人保健施設連絡協議会 / 仙台市老人福祉施設協議会 / 特定非営利活動法人宮城県認知症グループホーム協議会 / 学校法人菅原学園 専門学校 仙台総合医療大学  
学校法人北社会学園 仙台医療福祉専門学校 / 学校法人健生学園 東日本医療専門学校 / 学校法人赤門宏志学院 仙台赤門医療専門学校 / 学校法人東北柔専 仙台北接骨医療専門学校  
学校法人滋慶学園 仙台医健・スポーツ専門学校 / 学校法人あすま学園 八戸保健医療専門学校 / 学校法人龍澤学園 MCL盛岡医療大学 / 学校法人平成医療学園 福島医療専門学校  
学校法人こおりやま東部学園 郡山健康科学専門学校

河北新報社 / NHK 仙台放送局 / TBC東北放送 / 仙台放送 / エフエフテレビ / Khb 東日本放送 / 朝日新聞社仙台総局 / 産経新聞仙台支局 / 毎日新聞仙台支局  
読売新聞東北総局 / Date fm / ラジオ3 FM76.2 / fmいずみ797 / エフエフテレビはく株式会社  
株式会社エス・エス・ピー 仙台営業所 / 株式会社カナケン 仙台出張所 / 株式会社グローバー / 株式会社グッドツリー

お問い合わせ

公益社団法人 宮城県柔道整復師会内 はればね健康フェスタ事務局 〒980-0011 仙台市青葉区上杉2丁目9-8

TEL.022-262-9181 FAX.022-262-4181 <https://www.mjs.or.jp>

# はればね 健康フェスタ

オンラインセミナー

開催日 **9月8日**  
令和6年 **10:00~12:50**

## タイムスケジュール

- 10:00~ ▶ 開会
- 10:05~11:05 ▶ 基調講演
- 11:10~11:25 ▶ 薬剤師会
- 11:30~11:45 ▶ 看護協会
- 11:50~12:05 ▶ 栄養士会
- 12:10~12:20 ▶ 柔道整復師会の取り組み
- 12:25~12:35 ▶ 柔道整復師会
- 12:40~12:45 ▶ 仙台市からのお知らせ
- 12:45~ ▶ 閉会

※開催時変更になる場合があります。

## 講師紹介

### 基調講演

10:05~11:05

### 「健康長寿と幸福長寿 ～鍵はフレイル予防～」

東京大学 高齢社会総合研究機構 機構長  
未来ビジョン研究センター 教授  
医師 医学博士 **飯島 勝矢 氏**

### 著書

- ★「在宅時代の落とし穴 今日からできるフレイル対策」(KADOKAWA)
- ★「地域包括ケアのまちづくり -老いても安心して住み続けられる地域を目指す総合的な試み」(共著、東大出版会、東京大学高齢社会総合研究機構 編)



### 薬剤師会

11:10~11:25

### 「薬剤師が行うフレイル サルコペニア予防対応」

公益社団法人仙台市薬剤師会 理事  
**宮城 昭一**

仙台市薬剤師会では、毎年フレイル・サルコペニア予防対応強化月間を設けフレイル・サルコペニアの啓もうに取り組んで来ています。そのほかにも各種イベント等で行っているフレイル・サルコペニアに関する取り組みについて紹介します。

### 看護協会

11:30~11:45

### 「より長く『口から食べる』を 実現するために大切なこと」

JR仙台病院 主任看護師  
摂食・嚥下障害看護認定看護師  
**高橋 菜穂**

口腔内環境を整えること、食べる機能を維持することは、全身のフレイル予防に繋がります。話す・食べる・笑うなど、口は生活を豊かにするために必要な機能をたくさん持っています。それらの機能を維持し、彩りのある人生を実現するために大切なことをお伝えします。

### 栄養士会

11:50~12:05

### 「食べることを気にしていますか？ しっかり食べてフレイル予防！」

公益社団法人宮城県栄養士会 常任理事  
**高橋 文**

最近、あんまり食欲がないと話す寅さん…梅さんは疲れやすくなった…と話しています。寅さん、梅さん、もしかするとフレイルかもしれませんよ。皆さんは「食べること」を気にして食べていますか？今回は、しっかり食べてフレイル予防というテーマで、寅さん、梅さんと一緒に食事のポイントについてお話をしていきたいと思います！

### 柔道整復師会

12:10~12:20 / 12:25~12:35

### 「フレイル予防における 柔道整復師会の取り組み」 「膝痛・腰痛予防!健康いきいき運動教室」

公益社団法人宮城県柔道整復師会 **若井 晃**



自宅で出来る  
簡単な運動で  
心も身体も  
リフレッシュしましょう!

## 申込方法

右記の申込フォームよりお申し込みください。

本セミナーはビデオ会議ツールZoomにて開催いたします。

ご出席予定のご環境でZoomが使用可能であることを事前にご確認ください。

セミナー参加URLは開催の7日前及び2日前(9月6日)にメールにてご案内いたします。

申込フォームにご記入いただいたメールアドレスに登録確認メールが届いていることをご確認ください。

※@m.js.or.jpのドメインからのメールを受け取れるよう設定をお願いいたします。

