

医療・保健・福祉・市民の情報交流の場
大村市在宅ケアセミナーだより

第112号 平成26年1月

発行元: 〒856-0820 長崎県大村市協和町779

(一社)大村市医師会 大村市在宅ケアセミナー広報部 TEL:0957-54-0151

ホームページ:<http://www.nagasaki.med.or.jp/oomura/caresemi/index.html>

平成25年度 大村市在宅ケアセミナーメインテーマ
**『多職種協働による地域づくりをめざして
～地域包括ケアシステムの構築～』**

第129回 大村市在宅ケアセミナーのご案内

日時* 第3木曜日 1月16日(木)18:45 ~ 20:00

場所* 大村市医師会館 講堂

内容* 「在宅歯科医療への取り組み

～地域歯科医療連携室、

長崎口のリハビリテーション研究会について～」

講師* 長崎県歯科医師会 理事(地域福祉担当)

医療法人 よしだ歯科(長崎市上戸町) 吉田 敏 先生

平成26年 大村市在宅ケアセミナー新年会(上記セミナー終了後)

開催日時: 平成26年 1月16日(木)20:00頃から

開催場所: 大村市医師会館 講堂にて上記セミナー
終了後、引き続き開催致します。

新年会費: 1,000円

本年も、医療・保健・福祉・行政・市民の情報交換の
場として、新年会を開催致します。

在宅ケアセミナー会員の新年の顔合わせ会ですので
ふるってご参加ください。



第128回 大村市在宅ケアセミナー 市民公開講座 開催報告

日時*平成25年11月21日(木)

場所*シーハットおおむら さくらホール

内容*「市民ぐるみの認知症予防」

講師*一般社団法人 巨樹の会 赤羽リハビリテーション病院

関東統括本部長 山田 達夫 先生(元福岡大学医学部神経内科教授)

参加人数* 227名 会員 122名(一般2名・介護医療関係120名)

非会員 105名(一般34名・介護医療関係71名)

当日入会 1名(新規1名)

《講演会より抜粋》

認知症予防のために、どんな生活をしたらよいですか？

家族と食卓を囲み、みんなで食事をするのが大事。一人淋しく食事をしない。魚と野菜主体の食事を、腹七分目。満腹に食べない。よく噛んで食べる。ポリフェノールをたくさん含む緑茶や赤ワインを食間に飲み、食後は果実を採り、毎日30分以上やや疲れる程度の運動をし(中等度の運動)、タバコは絶対飲んではいけない。楽しく頭を使い、5人～9人くらいの仲間を作って、みんなで話し合っ、街づくりやレジャー活動に取り組む。高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満やうつをきちんと治療し、さらに現在の薬やこれから発見される予防薬を組み合わせていけば、発症を10年20年遅らせることが可能な時代を迎えるでしょう。

日本プライマリ・ケア連合学会長崎支部会 第1回学術集会・講演会のおしらせ

みんなで支えるプライマリ・ケア

日時:平成26年1月18日(土)15:00～18:05

場所:良順会館(長崎大学医学部内)

参加費:1,000円(但し、医師、歯科医師 2,000円、学生 無料)

基調講演:「プライマリ・ケアの強化は我々が・・・」

演者 日本プライマリ・ケア連合学会理事長 丸山 泉 先生

※ 大村市在宅ケアセミナーからも出展しますので、是非ご参加ください。

内容 * 大村市での在宅ケアにおける『連携ノート』の運用について

年会費の納金をお願いします

年会費(1,000円)を納金頂いた方に
会員証を発行いたします。

セミナー受講の際は、受付で提示を
お願いいたします。



～ホームページにてセミナー便りを掲載しています。セミナー便りの郵送料軽減にご協力できる方は、事務局までご連絡頂ければ幸いです。～