



奈良県立医科大学



同志社女子大学 合同講演会

# 健康長寿のために できること

with コロナ時代を生きる



2022年 12月3日 土

14:00～ (開場13:00)

## 秋篠音楽堂

奈良市西大寺東町2-4-1 ならファミリー6階  
近鉄大和西大寺駅下車 東へ徒歩5分

公共交通機関でご来場ください

講演会

第一部



### 100年時代の健康対策 ～認知症予防の実践～

澤見 一枝 奈良県立医科大学 老年看護学教授

コロナ禍での社会的拘束や社会的距離は、特に高齢者にとって体力気力・認知機能への悪影響を及ぼしています。高齢者は特にヘルスケアの適時性が必須なので、今できる体力づくり、認知症予防で元気澆刺度を復活しましょう！

講演会

第二部



### 当事者になって 高齢者の体力と運動 ～フレイルへの挑戦～

木村 みさか 同志社女子大学 看護学部特別任用教授

私は、長年、健康長寿を願う高齢者を対象に体力・運動に着目した研究を続けてきました。74歳となった今、不具合の多くなったからだに対峙しながら、研究者そして当事者として改めてフレイルへの挑戦の意義を考えてみたいと思います。

要事前申込  
(入場料無料)

※定員(150名)に達し次第、  
締め切らせていただきます。

参加お申込は  
こちらから

または下記お問合せまで



この講演会は2007年に締結した奈良県立医科大学と同志社女子大学の学術交流に関する包括協定に基づく事業です。



奈良県立医科大学 研究推進課産学連携推進係  
TEL.0744-22-3051(内線2558) 受付時間 9:00~17:00  
E-mail:sangaku@narmed-u.ac.jp (土日祝除く)



同志社女子大学 総務課社会連携係  
TEL.075-251-4111 受付時間 9:00~11:30  
E-mail:somu-i@dwc.doshisha.ac.jp 12:30~17:00(土日祝除く)