

# 令和4年度市民公開講座～YouTube配信～

# はつらつ長寿をめざして



茨木市

はつらつ長寿  
ダンス

訪問  
看護

管理  
栄養士

公認  
心理師

認知症  
推進員

今年の市民公開講座は、新型コロナウイルス感染予防のためYouTube動画にて“はつらつ長寿”をお届けします！

令和5年3月15日より

茨木市認知症総合支援事業のHPよりYouTube配信

右の、QRコード®より読み取ってご視聴ください。

※講演内容の詳細は裏面にてご確認ください。



【製作】茨木市・医療法人恒昭会 藍野病院

お問い合わせ先 TEL072-627-7611 藍野病院(代表)

## ◇講演内容&講師紹介◇

### ・「目指せ!“はつらつ長寿”」

講師:茨木市 福祉部 福祉総合相談課  
健康医療部 長寿介護課

### ・あいの流はつらつ長寿ダンス®

藍野病院 リハビリテーション科 ダンスチーム  
荒木 妙子・西浦 里咲(理学療法士)

### ・「認知症の進行段階と対応方法」

講師:あいの訪問看護ステーション  
真古 妙子(認知症看護認定看護師)

### ・「今日からできる

#### 認知症予防のための食生活」

講師:藍野病院 栄養管理科  
川西 晴菜(管理栄養士)

### ・「介護ストレスと上手く付き合うために」

講師:藍野病院 臨床心理科  
石山 佳穂(公認心理師)

### ・「認知症地域支援推進員を

#### ご存じですか？」

講師:藍野病院 地域医療連携室  
高橋 敏夫  
(茨木市医療系認知症地域支援推進員)