

# 第28回県民のための健康管理講座

主催： 一般財団法人桐仁会、小美玉市

平成28年11月13日（日）13：00～ 場所：小美玉市四季文化館みの～れ



## 認知症の脳では何が起きているか？

～そこから考える治療と予防～

筑波大学医学医療系  
臨床医学域精神医学 教授

**新井哲明**先生



## 糖尿病を予防して癌や認知症も予防しよう

筑波大学医学医療系  
内分泌代謝・糖尿病内科 病院教授

**鈴木浩明**先生



## あなたも食生活からサルコペニアを作り出していないか？ ～運動と食事が切っても切り離せない理由～

筑波大学附属病院 病態栄養部  
管理栄養士

**松浦成志**先生



## 認知症にならないように

～老いにくい脳と体の作り方～

筑波大学附属病院  
リハビリテーション部 理学療法士

**鈴木康裕**先生

皆さまのご来場、  
ありがとうございました！

当日は晴天に恵まれ、470名という多数の方々にご参加いただいた健康管理講座となりました。

参加者の方々が、講演中に熱心にメモを取られ、映像資料にあった体操をその場で積極的に行っていたことが印象的でした。今回の講座が少しでも皆様の健康的な生活に活かしていただければ幸いです。これからも、皆様からいただいたご意見を参考に、より良い講座づくりを心掛けていきたいと考えております。（桐仁会スタッフ）

### 参加者さまの声（アンケート一部抜粋）

- 先生方の説明が丁寧でわかりやすく、ユーモアがあって楽しい講演でした。
- 初めてこのような講演に参加したのですが、先生方が詳しく説明してくれたので大変良かったです。
- これからの健康を改善するための情報を得ることができ、有意義な時間を過ごすことが出来ました。



当日の様子