



スマイルエイジング

健康で長生きのまちづくりフォーラム

来場者特典あり！

脳を若々しく保つ秘訣

～コグニサイズの活用～



笑顔で年を重ねよう

講師

島田裕之先生

国立研究開発法人国立長寿医療研究センター
研究所 老年学・社会科学センター センター長



9月22日(日)

13:30 ▶ 15:30

山口東京理科大学「大学開放デー」と同日開催！！



講師プロフィール 島田裕之先生

◆現在の主な活動

認知症予防や寝たきり予防を目指した高齢者の健康増進のための効果的なプログラムの作成と効果検証を実践。近年では、日本医療研究開発機構や厚生労働省の研究班の代表研究者を複数務め、平成24年度介護保険制度改訂にともなう認知症予防プログラムの改訂、サルコペニアの定義に関する提言等に関与。

◆経歴

平成15年北里大学大学院博士課程を修了（リハビリテーション医学）。東京都老人総合研究所研究員、Prince of Wales Medical Research Institute (Sydney, Australia) 客員研究員、日本学術振興会特別研究員、東京都健康長寿医療センター研究所を経て、現在は国立長寿医療研究センターに所属。信州大学医学部、同志社大学の客員教授を併任。専門領域はリハビリテーション医学、老年学。高齢者の健康増進に関する研究を行っており、第10回社団法人日本老年医学会優秀論文賞、Geriatrics and Gerontology International Best Article Awardなどを受賞。

フォーラム詳細

※悪天候で中止する場合は市ホームページでお知らせします。

会場 山陽小野田市立山口東京理科大学7号館 711教室

定員 240名（要予約）

時間 13:00～15:30（受付 12:00～13:00）

申込方法 TEL:0836-71-1814（健康増進課） / Webでの申し込み



電子申請

※ 大学内の駐車台数には限りがございます。ご来場の際は、乗り合わせてお越しいただくか、公共交通機関をご利用ください。

当日のタイムスケジュール

10:30～ フロア展示 ※16:00まで

12:30～ フォーラム受付開始

13:15～ 開会 市長挨拶・SOSおきよう体操

13:30～ 講演「脳を若々しく保つ秘訣
～コグニサイズの活用～」

講師 島田裕之先生

15:00～ 島田裕之先生とのトーク企画

コーディネーター 嶋本顕先生
(山陽小野田市立山口東京理科大学副学長)

15:30～ 閉会

スマイルエイジング薬局

★ベジチェック

※センサーに手のひらを押し当て約30秒
で推定野菜摂取量を見える化できます

★血圧測定

★体重（体組成）測定

★測定結果やお薬などの相談

♪事前予約なし♪

時間 10:30～13:30

15:30～16:00

会場 山口東京理科大学
7号館 711教室前



R5年度来場者の声

～テーマ:笑顔で年を重ねるために今からできる身体づくり～

- ・体を動かす事がいかに大切なことなのかを知ることができました。
- ・毎年とても役に立ち、印象に残る話でした。
- ・「筋活」いかに大切か又実行すること、食事が大切なことを再認識しました。 等

主催 山陽小野田市

共催 山陽小野田市立山口東京理科大学・山陽小野田薬剤師会