

認知症とフレイルの関係って？

「第2回」

参加
無料

認知症とフレイル予防

～理学療法士の立場から～

日時

2026年 **07**月**25**日(土)
11:00～12:00

参加者

認知症に関心がある方ならどなたでも

申込み

前日までに電話または下記のメールまで
☎ **0258 -39 -7374** 医療・福祉よろず相談

会場

米百俵プレイス北館
1Fインフォメーションセンター
長岡市坂之上町2丁目3-20

(※長岡郵便局向かい側)

※米百俵プレイス北館駐車場を
ご利用の場合、入庫から55分まで
無料となります。



講師

大橋 美和 氏



【略歴】

1995年：理学療法士資格取得
長岡西病院リハビリテーション室
2003年～西長岡訪問看護ステーション
2007年～訪問看護ステーションみつごうや

<講座概要>

フレイルとは加齢により心身が老い衰えた状態で、「健康な状態」と「要介護状態」との間の段階を指します。認知症とフレイルは相互に影響すると言われています。今回はフレイルについて、また、フレイルと認知症との関係性について説明し、フレイルの予防方法を特に運動を中心に紹介していく予定です。可能であれば、皆様と一緒にその場で運動を経験していただく予定です。

会場までの詳しい
地図はこちら



年間の講座予定は
こちらから

