

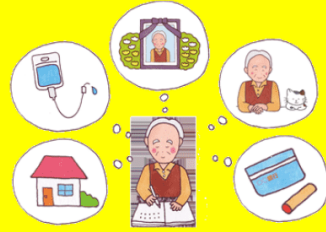
健康医療研究会

意見交換会



開催日時：10月27日（水）
15時～16時半

内 容：介護・終末期



DF 会員の皆さま

DF 健康医療研究会

代表世話人 江村 泰一

日頃、健康医療研究会の活動に関しましては種々ご協力・ご支援を賜り厚く御礼申し上げます。さて当研究会では、「あなたの健康常識間違っているかも—DF 流健康長寿の知恵」(仮題)と称して、「健康長寿」に関して、DF 会員の実状に即した情報をまとめ提供しようとの作業を行っており、ある程度纏まった段階で皆様のご意見をお伺いして、よりブラッシュアップしたものにしていくべく皆様との意見交換会を行っていくこととし、これまでに下記の通り実施してきました。

4月20日 総論

各論

5月26日 第1回「食生活・お口の健康」

7月7日 第2回「は体力・身体活動(フレイル等含む)」

7月21日 第3回「社会参加・地域参加」

8月31日 第4回「健康長寿阻害要因—生活習慣病、認知症、家庭内事故」

9月30日 第5回「こころ(全体システムを支えるもの)」

今回このシリーズの最終回として各論編第6回「介護・終末期」を10月27日(水)15時より以下の通り開催致します。

これまでわれわれは「DF 流健康長寿の知恵」の基本コンセプトとして、「栄養」「運動」「社会参加」の「3本の矢」が組み合わされることが重要、ということをご説明し、また健康長寿を阻害する大きな要因としての生活習慣病、認知症、家庭内事故を防止するためにも、この「3本の矢」が必

要であること、健康長寿はこれらの諸要素を組み合わせた「トータルシステム」であることを説明してきました。

しかしながら、いかなる健康長寿者もいずれは人生の最終段階を迎えなければならず、その時をできれば、穏やかに幸福感を感じながら迎えたいと思われている方は多いのではないのでしょうか。

今回は「介護・終末期」を迎えるにあたり、その準備としての、「介護施設の選び方」「エンディングノート」の書き方」等について、諸情報を提供させていただいた上で、皆様のお考え、疑問点等につき意見交換させて頂きたいと考えています。

また本件は「**DF 会員の実状に即した**」との観点に重点を置いていることから、今回の機会に「**参加者の皆様(ご家族、ご近親者も含め)の実体験、このテーマに関して実践していること**」についてお話を聞かせて頂き、一緒に考えていけば、より有意義な機会にすることができるのではないかと考えておりますので、ご参加申込時の下記フォーマットにご記入頂ければ幸いです。またこの分野に関する事で事前にお知りになりたいことがあれば、席上で極力回答したいと思いますので、同様に参加フォーマットに併せてご記入をお願いします。今回この意見交換会シリーズは一旦最終回とさせていただきますが、これまでの意見交換会を踏まえて、これまで以外のテーマで取り上げてほしいこと、これまでのテーマについて更に深掘りしてほしいテーマ等についてご意見を記入して頂ければ今後の活動につながるかと思っておりますのでよろしくお願いいたします。それでは大勢の皆さんのご参加をお待ちしております。



開催要領

開催日時:10月27日(水)15時~16時半

方式:ZOOM (開催日前日夕刻 URL 送付)

内容:「DF 流健康長寿の知恵」各論編第6回「介護・終末期」

次第：資料説明(45分)健康医療研究会 米倉有三

休憩(5分)

意見交換(40分)

資料：参加お申込みの方に前日までに送付

参加費用：無料

[第六回 意見交換会『介護・終末期』参加申込みフォーム](#)