

# 健康寿命の延伸は オーラルケアから

「オーラルフレイル」とは、滑舌の低下、食べこぼし、わずかな「むせ」など、ほんのささいなお口の機能の衰えが、栄養の低下、体力・筋力の低下を招き、全身の虚弱（フレイル）につながるという概念です。

お口のささいな衰えのサインを見逃さず、どう対処すればフレイル、オーラルフレイルを防いで元気に長生きできるのか、その最新の秘訣を、オーラルフレイルやお口の健康に関する研究の第一人者である医科・歯科の先生方に伺います。



2018年  
12月22日(土)

13:00～16:00 (開場 12:30)

会場：大阪医科大学 看護学部講堂  
(高槻市八丁西町7番6号)

入場  
無料

事前  
申込制

来場  
プレゼント  
あり

定員

300名

定員を超えた場合は、中継会場へのご案内となります。

共催

高槻市、高槻商工会議所、大阪医科大学、  
サンスター財団

後援

高槻市医師会、高槻市歯科医師会、高槻市薬剤師会、  
高槻市社会福祉協議会、高槻市社会福祉事業団

協賛

サンスター株式会社

お問合せ先

第3回高槻市民いきいき健康講座事務局  
TEL. 072-682-7298

## プログラム

### 開会挨拶

高槻市 市長 濱田 剛史  
高槻商工会議所 会頭 金田 忠行

### 講演 1 医師の立場から



#### なぜ老いる？ ならば上手に老いるには

～健康寿命の延伸 鍵は「フレイル・オーラルフレイル」予防～  
東京大学 高齢社会総合研究機構  
教授 飯島 勝矢 氏

(フレイルチェック体験版)

### 講演 2 歯科医師の立場から



#### 高齢期のそしゃくの大切さ

新潟大学大学院 医歯学総合研究科  
口腔生命科学専攻 包括歯科補綴学分野  
教授 小野 高裕 氏

### パネルディスカッション

#### 上手に老いるための高槻市の取り組み

飯島 勝矢 氏

小野 高裕 氏

高槻市歯科医師会

副会長 砂野 彰宏 氏

高槻中央地域包括支援センター

主任ケアマネジャー 久保 葉子 氏

高槻市健康福祉部

長寿介護課長 辻 武範

### 閉会挨拶

サンスター財団 理事長 牧山 義仁

