

知っていますか？フレイルのこと

～神経・筋疾患をもつ方がいきいきと暮らすために～

市民公開講座

*フレイルとは、体がストレスに弱くなっている状態のこと。早く介入をすれば元に戻る可能性があります。高齢者のフレイルは、生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険があります。



- 13:35～13:55 **神経筋疾患の方がフレイル状態になったら**
慢性疾患看護専門看護師 三好 智佳子
- 13:55～14:15 **食べにくい、飲みにくい 困った時の対処法**
摂食・嚥下障害看護認定看護師 臼井 晴美
- 14:15～14:35 **あきらめないで！適切な排泄ケアでフレイル予防！**
皮膚・排泄ケア認定看護師 天池 光
- 14:50～15:20 「質疑・応答」

日程 2019年 10月5日(土) 13:30～15:30

場所 国立精神・神経医療研究センター病院
教育研修棟 ユニバーサルホール

定員 100名

参加費無料

事前申込不要

お問い合わせ先:看護部 (五十嵐・中島)
住所:東京都小平市小川東町4-1-1
電話:042-341-2711(代表)

市民公開講座の内容

当院には9人の認定・専門看護師が所属しており、毎年、一般市民の方を対象にした公開講座を開催し、それぞれの専門分野を活かしたお話をさせていただいております。今年は介護予防において注目されている“フレイル”を取り上げました。神経・筋疾患をもつ方にとって病気の症状や身体の障害がフレイルに結びついてしまいやすいため、この機会に“フレイル”について知っていただければと思い企画しました。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

会場へのアクセス

＜電車でお越しの方＞

- ◆ 西武拝島線・西武多摩湖線
萩山駅(南口)下車 徒歩約10分
- ◆ JR武蔵野線
新小平駅下車 徒歩約15分

＜お車でお越しの方＞

- ◆ 駐車場は**有料**となります
- ◆ **駐車券の配布はございません**
200円/1時間 ただし30分までは無料
- 正門ゲート横 外来者専用駐車場へ**
敷地内の通行は歩行者に十分ご注意ください
駐車場の台数には限りがありますのでご来場には公共交通機関をご利用ください

国立研究開発法人

国立精神・神経医療研究センター (NCNP)

＜センター内地図＞



新小平駅から
研究所入口を通る
ルート

会場入口

萩山駅(南口)から
萩山団地の間を
通るルート

正面ゲート
駐車場はゲートを
入ってすぐ左へ

萩山駅(南口)から
萩山プール(グラウンド)前を通るルート

- ＜地図上マークの説明＞
- 屋根付き通路
 - 外来者専用駐車場
 - 専用駐車場
 - 職員駐車場
 - 駐車料金精算機
 - 駐輪場
 - タクシー乗場
 - AED設置場所
 - ポスト
 - 公衆電話
 - レストラン
 - コンビニエンスストア
 - ATM
 - タリーズコーヒー

＜注意＞ 駐車料金精算機がありませんので事前精算されていない方は出られません