

『 あんきな座談会 』 出前講座テーマ 2025 年 4 月版

くすりについて	食 事 ・ 栄 養
① 安全に薬を飲むために 正しい飲み方、飲み合わせ、保管の方法 飲み方の違い、副作用について	① 高齢者の食事について ② 減塩食・糖尿食・嚥下食などの治療食について ③ 骨粗鬆症の食事
リハビリテーション・歯科衛生	
① フレイルって何？その予防と地域支援 ② 転倒予防、その原因や対策について ③ 家族と地域で支える認知症の正しい理解 ④ オーラルフレイルって何？元気で長生きの為に口と喉をきたえよう ⑤ 加齢による聴こえの低下と認知症、うつ、転倒との関連 ⑥ いつまでも美しく食べられるように～歯磨きと舌磨きについて～ ⑦ いつまでも美しく食べられるように～お口の体操について～	
看 護 師 か ら	保 健 師 か ら
① 在宅介護における感染予防、感染対策 ・正しい手洗い・マスクの付け方について ・インフルエンザ・ノロウイルス・肺炎について ② 認知症の高齢者の「食べること」「食べられないこと」を支えるために知っておきたいこと	① 健康診断のすすめ 健康診断でわかること 健康寿命を重ねるには…
訪 問 看 護	そ の 他
① 在宅での看取りってなに？ ② 地域で元気に暮らすための訪問看護 ③ もしもの時を考えるもしばなゲームをしよう！～自分の価値観を知る～	① ACP（人生会議） ～ “もしも” の時の私（家族）の心づもり～ ② 介護保険制度について

上記テーマ例以外のご要望がありましたら、ご相談下さい

益田市在宅医療・介護連携支援センター

連絡先：益田市医師会 地域医療介護連携統括部

TEL (0856) 22-3611 FAX (0856) 22-3612