

『 あんきな座談会 』 出前講座テーマ 2026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 フレイル予防と支援 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 いつまでも美味しく食べられるように～お口の体操について～ ⑤ 加齢による聴こえの低下と認知症、うつとの関連 ⑥ いつまでも美味しく食べられるように～歯磨きと舌磨きについて～	
看 護 師 ・ 保 健 師	
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 加齢による嚥下機能の変化 ～一生おいしく食べるために ③ 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 地域で元気に暮らすための訪問看護 ② もしもの時を考えるもしばなゲームを しよう！～自分が大切にしていること～	① ACP（人生会議） 休止中 ② 介護保険制度について ③ オーラルフレイル予防から介護予防 （歯科医師より）

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