

第**113**回 国際医療福祉大学三田病院 健康セミナー

健康寿命の延伸をめざして！
フレイルにならずに健康に生きるために

日時：2024年10月19日(土) 14:00～15:20

場所：国際医療福祉大学三田病院11F 三田ホール

みなさまは健康寿命という言葉をご存じでしょうか？健康寿命とは、健康上の理由で日常生活が制限されることなく生活できる期間のことです。日本人の平均寿命は世界トップですが、平均寿命と平均健康寿命との間には約11年間の差があります。つまり、日本人は、平均して約11年間は“健康状態に何らかの問題があり、日常生活に制限を有しながら生活している”ということになります。



この秋、リハビリテーション科では、健康長寿サポート外来(フレイル外来)を開始しました。今回の健康セミナーでは、健康寿命を伸ばし、健康に歳を重ねていくためのヒントになるようなお話のほか、健康寿命サポート外来の紹介をします。また、セミナーの終わりにはフレイル予防の体操もしますので、ぜひご参加ください。

【講師紹介】

リハビリテーション科医長

橋本 弦太郎 (はしもと・げんたろう)

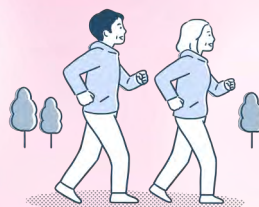
国際医療福祉大学 病院講師
専門：リハビリテーション全般

東京慈恵会医科大学卒

前東京慈恵会医科大学附属第三病院リハビリテーション科助教
日本リハビリテーション医学会認定リハビリテーション科専門医



患者様の障害を全人的にとらえ、生活・人生を豊かにできるようなリハビリテーション治療を心がけています。最近では、高次脳機能障害者の復職および自動車運転再開など、社会参加を達成するための治療にも取り組んでいます。



プログラム(予定)

13:30 開場

14:00 開会

14:05～

橋本 弦太郎 医師 講演

14:45～

フレイル予防体操

講師とリハビリテーションスタッフが、本日の講義をふまえた体操を紹介します。

15:10～ 質疑応答

15:20 閉会

■参加ご希望の方は、ホームページ(QRコード)またはお電話でお申し込みください。

■TEL:03-3451-8123(総務課) 受付時間 月～土曜日 8:30～17:30

※やむをえない理由で開催を中止する場合がございます。

その場合は当院Webサイトにてご案内のうえ、申し込みの方へはメールもしくはお電話でお知らせいたします。



お申し込みフォーム



■ リハビリテーション科の紹介

当院では、

- (1)脳血管疾患等リハビリテーション
- (2)運動器リハビリテーション
- (3)呼吸器リハビリテーション
- (4)心大血管疾患リハビリテーション
- (5)がん患者リハビリテーション

のすべての疾患別リハビリテーションについて施設基準を満たしており、各診療科との緊密な連携のもと、患者様お一人おひとりのQOLを考慮した良質なリハビリテーション医療をご提供しています。

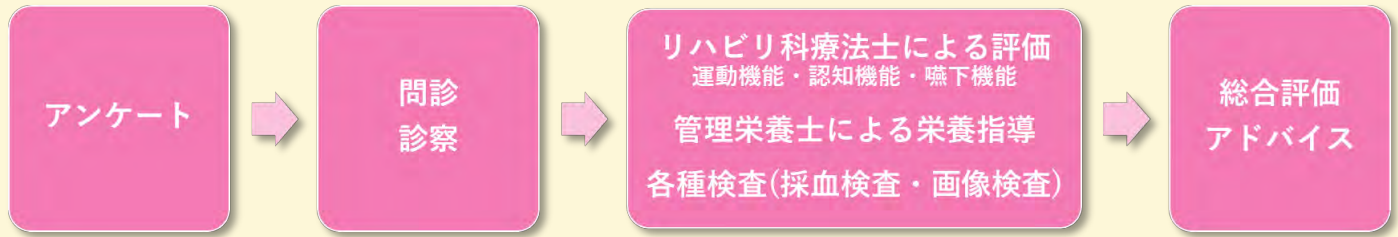
特に、当院は東京都認定がん診療病院として多くのがん患者様が来院されますが、がん治療に伴うさまざまな障害に対して、周術期から終末期にいたるまで、幅広く対応しています。また、外来リハビリテーションにつきましても、当院通院の患者様はもちろんのこと、適応がある他院からの紹介患者様についても、可能なかぎり受け入れを行っています。



■ 健康長寿サポート外来(フレイル外来)のご案内

リハビリテーション科では、この秋、健康長寿サポート外来(フレイル外来)を開始しました。年齢を重ねても健康に長生きするためには、運動、栄養、社会的交流、疾患の治療が重要になってきます。健康長

寿サポート外来では、運動能力、栄養状態、認知機能、社会参加の状況など、患者様の状態を多角的に評価し、健康に長生きするためのアドバイスをしています。気になることがあれば、お気軽にご相談ください。



※ 問診の段階で精査・治療を要する症状を認めた場合は、担当診療科の診察をご案内させていただくこともあります。

リハビリテーション科は、木曜日をのぞく月～土曜日の午前・午後に診療を行っています。

【ご予約・お問い合わせ】 電話03-3451-8121(代表) 受付時間:8:30~17:30

アクセス

地下鉄

- 都営大江戸線「赤羽橋駅」下車、「赤羽橋口出口」または「中之橋口出口」徒歩5分
- 東京メトロ南北線・都営大江戸線「麻布十番駅」下車、「3番出口」徒歩8分
- 都営三田線「芝公園駅」下車、「A2出口」徒歩12分

都バス

- 都06系統 渋谷～新橋駅「中ノ橋」下車
- 橋86系統 目黒～新橋駅「中ノ橋」下車

港区コミュニティバス(ちいばす)

- 田町ルート 「中ノ橋」下車
田町駅前⇄中ノ橋⇄麻布十番⇄六本木ヒルズ

JR

- 山手線・京浜東北線「田町駅」下車
「三田口出口」より徒歩20分



国際医療福祉大学三田病院

〒108-8329

東京都港区三田1-4-3

TEL: 03-3451-8121(代表)