

## 口腔機能パワーアップ大作戦

～ 音楽を使って「フレイル高齢者」「認知症」を予防する ～

少子高齢化に伴い国民の健康寿命を延ばすことは喫緊の問題である。しかし70歳以上の高齢者は病気と健康の間を行ったり来たりする不安定な健康状態の人が多く、これらは「フレイル」といわれる。「フレイル」の原因は「栄養状態の低下」「筋力・筋肉量の低下」である。これらの予防は口の健康なくして達成することはできない。当日は音楽療法を応用した「フレイル」「認知症」の予防方法を説明する。選曲方法、具体的な歌い方の解説・実践も行う。

講師 <sup>こうや</sup> <sup>いたる</sup>  
**甲谷 至 氏**

神奈川リハビリテーション病院歯科口腔外科部長 日本音楽療法学会認定音楽療法士  
日本障害者歯科学会認定医 著書に「歌うことが口腔ケアになる」「替え歌かるた・お国自慢70」  
(あおぞら音楽社)



◆ 日時：平成30年10月14日(日)

10:30～12:00 / 13:00～14:30

◆ ところ：山形市総合福祉センター 2階 交流ホール

(山形市城西町2丁目2-22)

◆ 参加費：1,000円 (申込締切 / 10月7日(日))

後援：山形市 山形県社会福祉協議会 山形市社会福祉協議会

一般社団法人山形県歯科衛生士会

お問い合わせ 申し込み先：山形音楽療法士会

(メール) [jmtayamagata@yahoo.co.jp](mailto:jmtayamagata@yahoo.co.jp) (電話) 080-6019-2359 (富樫)