



無料
セミナー
〈入場料別途〉

最先端の知識を身につけ充実のセカンドライフを

ハウステンボス「健康寿命セミナー」

2014年9月6日(土)・7日(日)

ハウステンボスでは、各界より注目される、認知症・介護対策の最先端研究者を講師に迎える「健康寿命セミナー」を2014年9月6日(土)・7日(日)に開催します。今回のセミナーはウェルネスリゾートならではのプログラムを集結させ、初心者にもわかりやすい内容をご用意しました。4人の講師による各セミナーは、1日2時限行われ、単一講座のみの参加も可能、料金は無料(ハウステンボス入場料別途)です。

65歳以上の4人に1人が発症するとも言われる認知症と介護対策のセミナー。ハウステンボスが推進する医療観光事業の取り組みにご注目ください。 ※セミナー講師への取材依頼もご相談ください。

ポイント1 世界的に注目される研究者から直接学ぶ! 最新知識を身に付けられる

9/6(土)1時限目 13:05~14:15

「認知症は予防できる。また一旦発症しても改善できる」

佐賀女子短大名誉教授 **長谷川 亨** **認知症の原因を解明、改善への糸口へ**



「強いストレスなどにより増加した悪玉アミノ酸の酸化物質(ホモシステイン酸)が、神経細胞を萎縮させアルツハイマー病を発症させる」長谷川教授はこのホモシステイン酸が水素によって還元されるという論文に注目し、これらをブレンドした水素ブレインフード(HBF)を開発。特養施設に協力を経て試したところ、重症患者の認知機能が改善した。

2時限目 14:35~15:45

「笑顔と元気が出るリハビリ」 ココロが動けば・カラダも動く

九州大学病院リハビリテーション部 **高杉 紳一郎** **ゲームで楽しく自発的なリハビリを**

注射されて、薬を飲まれて、手術されて、リハビリに取り組む…「この一連の行為を喜ぶ人は誰一人としていないのではないか?」ゲーム機を利用したリハビリは楽しく、高齢者が自らの意志で続けることができる。2004年「転倒防止国際シンポジウム」では「ゲーム機で身体を動かし、楽しい時間を過ごすことが、結果として身体能力の維持や向上につながる」と発表した。



9/7(日)1時限目 13:05~14:15

「もの忘れは長生きのご褒美」気軽に受けよう脳チェック

社会医療法人白十字会 認知症疾患医療センター長 **井手 芳彦** **早期発見の秘訣 脳チェック**



平成21年佐世保中央病院 認知症疾患医療センターのセンター長就任。長生きするということは加齢とともに危険度が増す病気と上手に付き合っていくことだと、長崎に縁深い彼は説く。重要なのは75歳を過ぎたら1年ごとに脳チェックを受け認知症の発症に早く気付くこと。井手氏は年配者にも優しいタッチパネル式など気兼ねな脳チェックプログラムを提案している。

2時限目 14:35~15:45

「肩こり・腰痛・ひざ痛、さようなら!

10歳若返る!ご自宅お持ち帰りエクササイズ」

THE SOARA ジェネラルマネージャー **茂貫 尚子** **ヨーガを取り入れたカンタン体操**

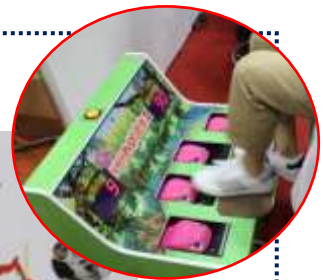
肩こり・腰痛・ひざ痛やむくみ、だるさなど、年齢と共にしやすい不調をカンタン体操で解消!ヨーガをベースにゆったりとした呼吸と動きは自律神経のバランスを整え高血圧や糖尿病対策にも効果的。体操を続けることでアンチエイジングホルモンの分泌が促され若返りも期待できる。自宅でも継続できる簡単エクササイズを提案。



ポイント2 これからのリハビリは「楽しく遊ぶ」!

セミナー講師である、九州大学病院リハビリテーション部高杉紳一郎先生が提唱するゲーム機を応用したトレーニング機器が登場!
楽しく夢中になって遊ぶうち、身体を動かすことが、無理なく長期間継続され、予想以上の効果を期待できます。

◎「リハビリ向けゲーム機」は展示&無料体験できます。



ポイント3 ご家族やご自身との向き合い方を知っていただけます。

身体や脳に障害が起きた時、家族や周りとうまく付き合うのか、自分自身とはどう向き合うのか。セミナー講師の4人の先生が、考えるきっかけを与えてくれる貴重なチャンスです。

ハウステンボス「健康長寿セミナー」概要

- 日程 2014年9月6日(土)・7日(日)
- 時間 13:05~15:50(休憩 20分)
- 会場 ハウステンボス タワーシティプラザ
- 服装 動きやすい服装でお越しください。
- 料金 無料 (ハウステンボス入場料別途)

▼健康寿命
日常的に介護を必要とせず、自立した生活ができる生存期間のこと。(WHOが2000年に公表した言葉)

◎特典付き特別宿泊プランやヨガ体験もご用意!

時間	9月6日(土)	9月7日(日)
13:05 ~ 14:15	長谷川 亨 「認知症は予防できる。 また一旦発症しても認知機能の改善は出来る」	井手 芳彦 「もの忘れは長生きのご褒美」 ~気軽に受けよう脳チェック~
休 憩 (2 0 分)		
14:35 ~ 15:45	高杉 紳一郎 「笑顔と元気が出るリハビリ」 ~ココロが動けば・カラダも動く~	茂貫 尚子 「肩こり・腰痛・ひざ痛、さようなら! 10歳若返る!ご自宅お持ち帰りエクササイズ♪」
15:50	タワーシティプラザ 解散	

※途中参加は可能ですが、講演中の途中入室は不可となっております。また、当日参加者の席の確保はお約束できませんのでご了承ください。

＜お客様のお問合せ・お申込みハウステンボス国内営業部 TEL:0956-27-0311＞

- 【お客様のお問合せ先】 ハウステンボス総合案内(ナビダイヤル) tel 0570(064)110
 【取材等のお問合せ先①】 ハウステンボスPR担当 松田・井上(所属:キナックス) tel092(762)4141
 【取材等のお問合せ先②】 ハウステンボス宣伝課 蓑津・渡瀬 tel 0956(27)0180
<http://www.huistenbosch.co.jp> ◆ twitter & facebook 更新中♪ぜひご登録ください◆