

笑って認知症予防を

音更宏明館病院
初の公開講座

【音更】医療法人社団翔鶴館（本部札幌、佐竹博史理事長）・音更宏明館病院（藤井宏一院長）は17日、公開講座「今日から始める予防医療」を同病院1階ロビーで開いた。藤井院長が「認知症の予防」をテーマに講話したほか、来場者は無料で骨密度測定検査などを体験した。

地域貢献活動の一環で、町民ら



認知症について説明する藤井院長

約120人が参加した。藤井院長は、認知症の種類として「アルツハイマー型」や「脳血管性」を挙げ、症状などに触れた後、「早期の受診が大切。早期発見することで（認知症）の進行を遅くできる治療薬もある」と説明。予防としては「腹八分目の食事は生活習慣病の予防と治療、そして『笑い』の効果が大きい」などと結んだ。

同病院言語聴覚士の片桐美恵さんが、食べ物や唾液などが誤って肺に入り細菌が繁殖することで起こる「誤嚥（ごえん）性肺炎」の「予防」に関し「嚥下（えんげ）体操」を披露した。

町内の高橋礼子さん（68）は「参加特典で骨密度測定もでき、とてもありがたい」と話していた。

（長瀬聡美通信員）