

# 予防の、忘れてはいけない 三要素

アルツハイマー型認知症は、20年から25年かけてリスクがたまるので、暮らしを少し考えれば、リスクはずっと小さくなります。

眠り、お口、お薬について「そうなのか」と、うなづけるお話しをします。

入場  
無料

日時

2月23日 (木)

午後2時～5時 (開場午後1時30分)

場所

アートフォーラムあざみ野

横浜市青葉区あざみ野 1-17-3 あざみ野駅下車 徒歩5分

定員150名 完全予約制。  
事前にお申込みをお願いします。



講演1 午後2時～午後3時20分



## 「つながる検査」で認知症リスクをモトから断つ

碓田 茂 (医療法人社団folkモア 常務理事)

認知症と生活習慣病の深い関わりが明らかになってきました。で、あれば……。今まであまり語られなかった「予防のすすめ方」の視点から、手軽で効果的な検査の手順を紹介します。

講演2 午後3時35分～午後5時



## =認知症専門医の気がかり= 高齢者や認知症患者の薬の使い方

高橋 正彦 (精神科医、クリニック医庵たまプラザ院長)

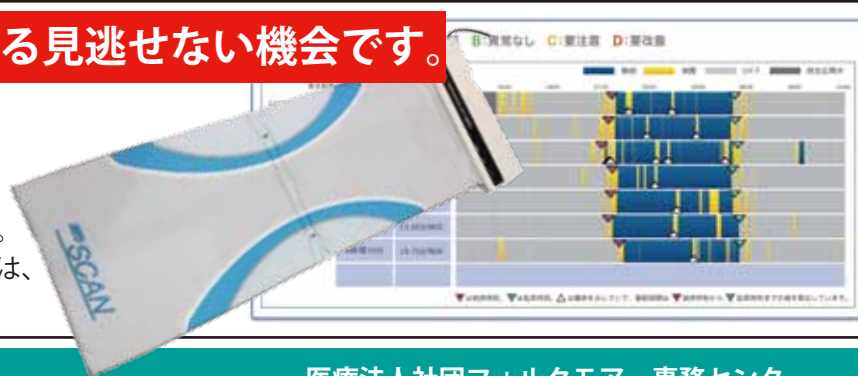
高齢になると起きやすい不眠、便秘、もの忘れ。不眠や便秘は、ついお薬に頼りがちですが、もの忘れや認知症状の悪化を招くリスクが潜んでいます。

あなたが具体的に予防を始める見逃せない機会です。

<参加者特典>

## 睡眠検査を無料で

ご自宅で実施できます。マットの下に敷くだけ。  
機器貸出費用、解析費など、検査にかかる費用は、  
無料です。(詳しくは裏面で)



主催 医療法人社団folkモア

医療法人社団folkモア 事務センター  
横浜市港北区新横浜 2-14-4,4F

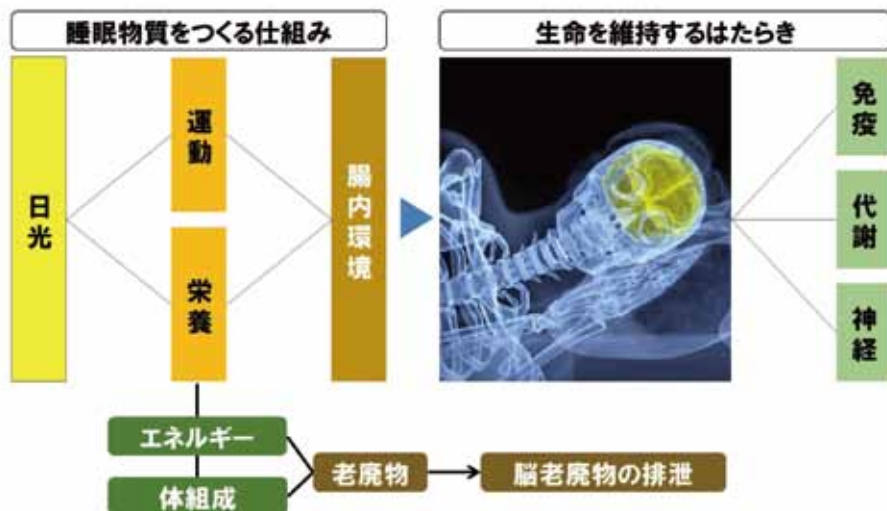
後援 青葉区役所 青葉区医師会

Tel: 045 (476) 1615

わかってきた脳内排泄と認知症のメカニズム。

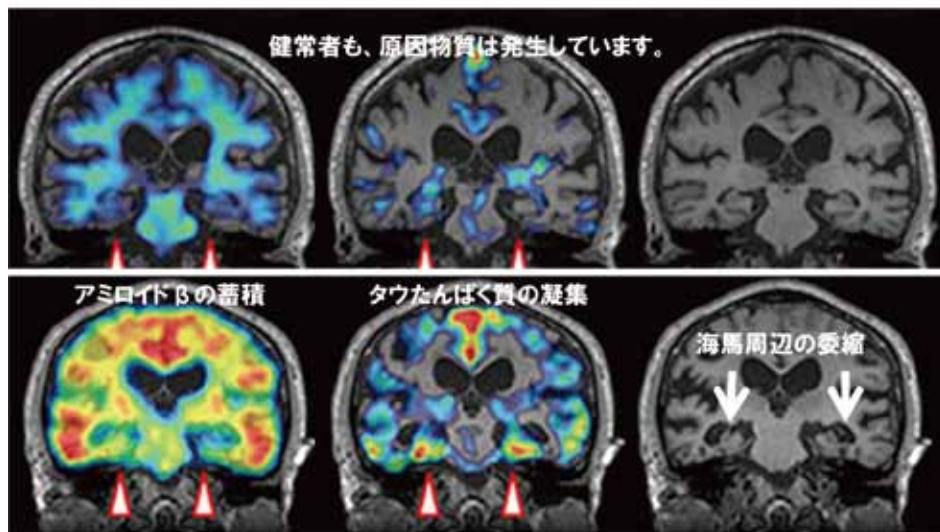
脳にとって、眠りは、老廃物を洗い流す大切な時間です。睡眠不足や

睡眠時無呼吸症等では、脳の洗浄がうまくいかず、原因物質がたまるリスクがあります。



実際、アルツハイマー型認知症の患者には老廃物がたまっています。

上段は健常者の脳です。健常者でも原因物質が発生しているので、うっすらと青色に映っています（上段左）。下段はアルツハイマー病患者のものです。原因物質が濃くたまっているので、赤く映ります。また、その影響で、タウというたんぱく質が凝集しています（下段中）。



画像提供：放射線医学総合研究所 分子イメージング研究センター

参加お申込み方法

**1. ファックス**  
住所・氏名・連絡先・年齢を記載して、ファックスしてください。

Fax. 045(472)5565

**2. メール**  
当法人ホームページの「問い合わせメール」を活用してください。住所・氏名・連絡先・年齢などの必要事項をご記入の上、「お問い合わせ内容」欄に「2月23日 認知症予防フォーラム参加希望」と記載してお申込みください。  
[folkmoaで検索]  
www.c-ian.jp

**3. 電話**  
平日の午前9時～午後5時30分にお電話ください。  
Tel. 045(476)1615

\*申し込み締め切りは、**22日(水)の午後4時**です。

お預かりの個人情報は、講演会に関する目的にのみ使用し、他の目的には使用致しません。

睡眠センサーの無料貸し出しについて

睡眠センサーを住所・氏名等をご記入いただいた上で、参加者50名に、無料で貸し出します。

ご自宅にて1週間使っていただき、その後、当医療法人のクリニックに、ご返却いただきます。

機器貸し出し、解析費は無料ですが、機器を郵送する場合は、郵送費をご負担ください。

ご希望の方は、当日、お配りする申込書に必要事項を記入して、お申込みください。

◆当セミナーに関するお問合せは、

医療法人社団folkmoa 事務センター Tel: 045(476)1615