

## 「転倒予防～重力に負けないために～」

### 開催報告

平成 27 年 3 月 7 日（土）に第 15 回刈谷地域リハ・ケアネットワーク作りの会 勉強会を開催いたしました。

「転倒予防～重力に負けないために～」と題し、整形外科医、理学療法士、管理栄養士の 3 人から講義がありました。転倒予防とは、ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防とも言われます。

前整形外科部長である深谷直樹医師からは、高齢化社会での骨折の実態、骨粗鬆症について、骨折手術例の紹介、ロコモティブシンドロームについてなど多岐にわたる講義がありました。星野友徳理学療法士からは、運動療法と環境整備の話がありました。最後に松川伊奈保管理栄養士からは、バランス良く食べること、筋肉・骨を強くする栄養素の話がありました。



転倒は寝たきりや認知症を引き起こす要因とも言われ、今後さらに加速する高齢化に備えて、対策をすることが急務です。この勉強会が地域の皆様が転倒予防に取り組むきっかけになれば幸いです。

また、最後に「刈谷市療法士連絡会」設立の報告がありました。刈谷市に在勤するリハビリテーション専門職である PT、OT、ST が連携するための会が初めてできました。地域包括ケアシステムのみならず、地域の課題解決に協力できるよう活動していきたいと思えます。

今後も、地域のニーズに合わせた情報の発信と、連携の強化を目的に活動を進めてまいります。よろしくお願いいたします。

リハビリテーション科  
作業療法士 早川 淳子