

---

## 健康で強く長生きするために

～「高齢者の医・食・住」（公開講座）の案内～

---

県内で自殺の防止のための相談事業（インターネットを使ったメール相談で、精神科医や内科医、弁護士、司法書士、看護師などの専門家が親身になって相談に応じます）を行っている「NPO法人アプローチ会」（理事長勝瀬 烈<城西病院 理事>）が、主催する講座（公開講座）が開催されることになり、高齢者の自殺予防に取り組んでいる本会も共催として参加することになりました。

7月5日（金）に徳島市のあわぎんホールで行われるこの講座は、高齢者にも関心の高い「健康」に関するもので、内容は「医・食・住」の各テーマ毎の講演となっています。詳しくは別紙チラシをご参照ください。

できるだけ多くの方にご参加いただけたらと思います。参加を希望される方は、各市町村老人クラブ連合会または、県老人クラブ連合会までご連絡ください。

<アプローチ会HPより>

### 自殺社会で苦しむ人々を 救いたい!

私たちは、自殺を防止することを目的としたNPO法人です。  
精神科医、内科医、臨床心理士、看護師、交通問題専門家、弁護士、司法書士、  
社会保険労務士、学校法人理事長、福祉施設園長などの専門家が  
親身になって相談に応じます。



<公開講座>

# 「高齢者の 医・食・住」

～強く長生きするために～



健康で長生きするために

悩まず・ボケず・寝込まず

平成 25 年 7 月 5 日(金) 午後 1 時半～3 時半  
あわぎんホール (徳島県郷土文化会館) 5 階小ホール  
**参加無料**

司会進行：野上耕一先生 学校法人 野上学園

ブレーメン愛犬クリエイティブ専門学校 理事長

**医** 《講演》 「認知症予防のために」 ～ボケ予防のくすり～

野島 佑介 先生 NPO 法人アプローチ会 薬剤師

**食** 《基調講演》 「骨粗鬆症・ひざの痛みを予防する食事」

～元気に動いて寝込まないための食事～

勝瀬 烈 先生 NPO 法人アプローチ会理事長・城西病院理事

**住** 《講演》 「終の棲家」 ～あなたが選ぶ老後を快適に過ごす場所～

梶田 勝仁 先生 徳島ロイヤル病院 理事長・院長

主催・問合せ：NPO 法人アプローチ会 徳島市中前川町 1-22 電話 088-622-1226 info@af1s.jp

共催：公益財団法人徳島県老人クラブ連合会