報告　岩手転倒予防フォーラム 2017 in 盛岡　市民公開講座

評議員　菅 義行

これまで，本フォーラムは，毎年 3 月，過去 6 回開催されてきたが，今年度は，第 4 回日本転倒予防学会学術集会（10 月 7 ～ 8 日）を記念して，10 月 7 日（土）10：00 ～ 12：00 に開催された。学術集会と同じ盛岡市の岩手県民交流センター（アイーナ・小田島組☆ほ～る）にて，市民公開講座として開催された。参加者約 300 名（他県から 70 名）を迎え，盛会裡に，無事終了することができた。

第 1 部では，「第 69 回保健文化賞」受賞の武藤芳照理事長が『「転倒予防川柳」に学ぶ　転ばぬ先の知恵』と題して，講演を行った。「離さない　昔は君で　今は杖」「つまづいた　昔は恋で　今段差」などユーモアと示唆に富んだ転倒予防川柳が紹介された。参加者は，泣き笑い，思わずにんまり，もっとだ！　といった様子，まさに心に響きわたる講演であった。「い・わ・て」（岩手）講演にちなんで，以下の通り「転倒予防いろはかるた」が紹介された。

「い」：命の水を大切に

「わ」：和式の生活を見直そう　気づかぬうちに　バランス訓練

「て」：転倒予防はからだの衰えなり

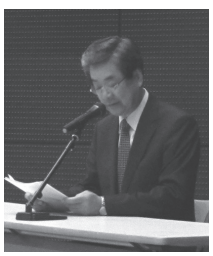
アンケートでは「大変参考になった」71%　「参考になった」23%でした。

第 2 部　北湯口純講師，横山和貴講師による『転倒予防教室』では，参加者は座ったままできる転倒予防体操を行った。高齢でも，脳トレをしながら楽しく実践できる指導内容であった。心地よい疲労感がよかったという感想を得た。アンケートでは「大変参考になった」68%，転倒予防士の認知度は 55% であった。

（共催：エーザイ株式会社）

菅栄一氏

武藤芳照氏



菅義行氏

横山和貴氏

北湯口純氏

Presented by Medical*Online