



北海道大学病院
HOKKAIDO UNIVERSITY HOSPITAL



倶知安町社会福祉協議会
KUTCHANTOWN SOCIAL WELFARE COUNCIL

第4回 倶知安町社会福祉大会

「あなたの未来の健康をつくる！

～おいしく食べて

楽しく動いて疾患予防～

認知症を中心に」

～北大病院が提案するゲノムから知る健康習慣～

ファシリテーター パーソナルヘルスセンター 副部長 西田睦氏

ご来場者様にMIND食クッキーかスコーンをプレゼント

(数に限りがあります)

日時/ 令和7年10月18日(土)

13:00～15:30

◆13:15～令和7年度倶知安町社会福祉協議会顕彰

◆13:45～講演会

会場/ホテル第一会館 1 階プラザホール

【講師】

北海道大学病院

経営戦略部 准教授/病院長補佐 西田睦氏

医療・ヘルスサイエンス研究開発機構
特任講師 横田卓氏

ダイアベティスマネジメントセンター部長
糖尿病・内分泌内科准教授 中村昭伸氏

軽度認知障害センター 講師 岩田育子氏

リハビリテーション部 理学療法士 藤内宏典氏

作業療法士 小川圭太氏

栄養管理部 副部長 熊谷聡美氏

【講演内容】

- 1、認知機能低下予防がみこまれる、美味しい MIND 食とは？
- 2、認知症に関りが深い病気とは？
 - ①ダイアベティス(糖尿病)は 10 年前から始まっている？
 - ②えっ、高血圧も？～認知症と生活習慣病のつながり～
 - ③認知症リスクを知って健康管理を
- 3、カラダも脳もイキイキ！
生活習慣病認知症を予防するエクササイズ
- 4、北大病院パーソナルセンターのご紹介
- 5、質疑応答

参加申込・お問い合わせは下記、倶知安町社会福祉協議会へお願いいたします

～事務局～

社会福祉法人倶知安町社会福祉協議会 倶知安町北3条東4丁目保健福祉会館内

Tel 2 2 - 4 1 5 0 Fax 2 3 - 2 8 2 1 ✉kutchan-syakyoo@office.email.ne.jp

【主催：倶知安町社会福祉協議会】

【後援：倶知安町 / 倶知安町教育委員会】