

名古屋市老人クラブ通信

第58号

なごやかひろば

発行 なごやかクラブ名古屋
 (公社)名古屋市老人クラブ連合会
 〒462-0844 名古屋市北区清水四丁目17-1
 名古屋市総合社会福祉会館6階
 TEL.052-991-7734 FAX.052-991-7581
 http://www.nagoyarouren.com

制作 (株)博報社 名古屋支社
 〒462-0843 名古屋市北区田端2-13-23 2F-B
 ☎0120-0212-09

毎年1・5・9月発行 発行部数10万部

令和元年度健康づくり支援事業

健康づくりセミナー

講演「認知症に打ち勝つためにできること」



講演の様子

ると示唆。「健康寿命にプラスの影響をもたらすメリットが老人クラブにはあるということとを未加入者にアピールしてクラブへの加入促進を図りましょう」と結びました。

その後、藤田医科大学脳神経内科学主任教授の渡辺宏久氏による講演「認知症に打ち勝つためにできること」へと移り、認知症に至るまでのメカニズムや危険因子、予防するための生活習慣など、さまざまな事例を通して解説をしていただき、認知症予防の認識を深めました。

【講演要旨】

認知症と言ってもいろいろなタイプがありますが、中でもアルツハイマー型認知症をはじめとする神経変性性認知症と呼ばれるタイプが8割近



渡辺宏久氏

【五十八】

なごやか彩時

天白区 御幸山公園
(明治大正両天皇行幸の地)



地下鉄八事駅を出て南東へ坂道をあがった高台が音聞山。江戸時代の尾張名所図会に、この山から南方を見て詠んだ歌が載っている。

「誰ここに 鳴海の 浪の音ききて 山の名にしも 立てそめにけん」と詠んだように、この山からの展望は鳴海の浪の音まで聞こえるというくらい格別だった。

眼下に広がる平原を見渡せたことから、明治23年の陸軍大演習が辺り一帯で行われ、明治天皇はこの音聞山の高台から演習を統監された。大正2年には、大正天皇がこの地で演習を統監された。

この地に両天皇の行幸を記念して統監碑が建てられ、音聞山一帯の地名を御幸山と改め公園が作られた。

交通 地下鉄「八事駅」下車徒歩15分

症を発症するのです。治療薬はまだ確立されていませんので日頃からの予防が重要と言えます。

くを占めています。このタイプの認知症は脳タンパク質の老化によって特定の変性したタンパク質が神経細胞に蓄積していき、脳内の神経回路が破綻していくことで引き起こされると考えられています。

私たちの脳は生まれつき強い機能を持ち合わせており、脳の一部の機能が低下しても別の部分がバックアップ機能を果たすことで新たなネットワークを構築して日常生活に支障がないよう頑張ってくれています。しかし、頑張り切れなくなるくらい脳内の神経回路が破綻すると認知症の危険因子と言えます。ほかにも糖尿病や難聴は認知症の増悪要因となりうるので改善が必要です。(2頁に続く)