

ち いき  
知活ゼミナール2016

# 心とからだの健康



10/15(土) 14:00 ~ 16:00

会場：紀伊國屋書店札幌本店1階インナーガーデン

札幌市中央区北5条西5-7 sapporo55

—どなたでも参加できます—

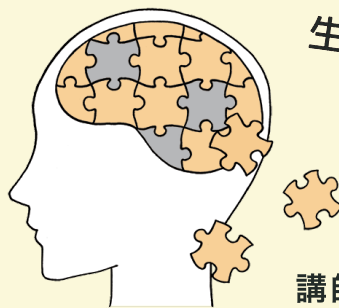
参加無料  
事前申込不要

## 「樹木の香りを利用する」



講師 北海道立総合研究機構  
林業試験場  
研究主幹 脇田 陽一

## 認知症予防は 生活習慣から



講師 札幌市立大学  
看護学部  
助教 近藤 圭子

## 「認知症について、 予防の視点から」

# ち いき 知活ゼミナール2016

## 知活ゼミナールとは？

札幌市立大学と北海道立総合研究機構の  
連携による、**地域と一緒に知を活かす共同セミナー**です



### テーマ

## 心とからだの健康

### 日時

2016年10月15日(土)  
14:00 ~ 16:00

### 会場

紀伊國屋書店札幌本店  
1階インナーガーデン  
札幌市中央区北5条西5-7 sapporo55

### コーディネーター

札幌市立大学 看護学部  
教授 小田 和美

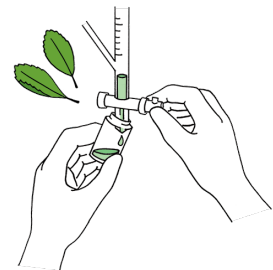
### 講演内容

## 「樹木の香りを利用する」



北海道立総合研究機構  
林業試験場  
研究主幹 脇田 陽一

アロマには、認知症の周辺症状(BPSD)である不眠や不穏・興奮状態を改善するという報告があるように、医療への応用が期待されています。林業試験場では、樹木の香りの成分の効果に関して調査研究を進めています。現在、北海道産のヤチヤナギの香り成分にはリラクゼーション効果や抗酸化性などがあることがわかっています。そのような樹木の香りの効果やさまざまな利用法について紹介します。また、実際に香りを体験できます。

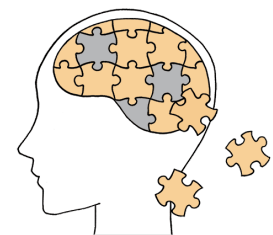


## 「認知症について、予防の視点から」



札幌市立大学 看護学部  
助教 近藤 圭子

高齢化が進むにつれて、認知症の人も増えています。2025(平成37)年には約5人に1人が認知症になるといわれています。認知症について、みなさんは正しい知識をお持ちでしょうか？ 偏見を持ったり、他人事のように考えてはいませんか？ 認知症は、誰にでも起こりうる病気です。どんな病気でもどんなことが起こるのか、生活習慣で気を付けていけることはないのかなど、みなさんで一緒に考えていきましょう。



### お問い合わせ

札幌市立大学サテライトキャンパス  
TEL. 011-218-7500 FAX. 011-218-7507 E-mail. koza@acu-h.jp