



# 2024年度出張講座のご案内

連携センターべんけいでは、下記内容で地域住民向けの出張講座を用意しております。ご指定いただいた会場まで出向きますので是非ご活用ください。

【対象出張先】 地域住民が集う会場

【開催時期】 いつでも出張しますので、日時ご相談ください。

## 出張講座Menu

### ACP

～『自分らしく楽しく生きる』  
を考えよう～

### はじめての在宅医療

～住み慣れた家・地域で暮らし続けたい  
という願いをかなえるために～

### 認知症について

～認知症を知ることによって安心して  
暮らすためにできること～

### 高齢者のスキンケア

～乾燥を防いで潤いを～

### 睡眠

～眠れていますか～

### 免疫

～免疫機能の活性と栄養～

### フレイル

～フレイルとサルコペニアの違いについて～  
～お口と肺とフレイルと～  
～お口と栄養とフレイルと～

### 熱中症

～熱中症予防で夏を乗り切り、  
秋を楽しみましょう～

### 防災

～在宅非難の備え、  
いざというとき慌てないために～

### 高齢者の排泄

～排尿と排便について～

## 動画配信（市民公開講座の内容を視聴いただきます）

2023年度『お口と飲み込み・栄養の話』

2022年度『認知症と共に住み慣れた地域で自分らしく生きる』

～本事業は、京都市の在宅医療・介護連携推進事業の一環で、地域住民の皆さまに  
在宅医療と介護について理解を深めていただくことを目的としております～

主催：京都市下京区・南区・東山区在宅医療・介護連携支援センター  
（一社）下京西部医師会事務所内

（お問合せ） TEL 075-693-8677 / FAX 075-693-3677

E-mail [shimominami-ikai@ishikai.or.jp](mailto:shimominami-ikai@ishikai.or.jp)