

第3部

呼吸・
嚥下（むせ）

高知リハビリテーション専門職大学 講師紹介・講座内容

会場
ホール

9/7（日）

嚥下障害の基礎知識

— どうして嚥下障害が生じるのか —



言語聴覚学専攻
石川 裕治

「誤嚥をはじめとする嚥下障害がどのようにして生じるの？」
この疑問について、嚥下のしくみ（嚥下の過程）について説明をし
たうえで、加齢や病気の後遺症で生じる嚥下障害について解説しま
す。



9/13（土）

オーラルフレイルを予防して、 いつまでも楽しい食事を！



言語聴覚学専攻
上松 智幸

口の機能が衰えることを「オーラルフレイル」といいます。
オーラルフレイルは食べる機能の低下に繋がり、その後身体機能、
心身機能にまで影響を及ぼします。すなわち、オーラルフレイルは
加齢に伴う健康の問題に関する「入口」といえます。
足腰や記憶力の衰えよりも注目度が薄い「口の機能」の重要性につ
いて、嚥下機能と結び付けてお話しします。

9/27（土）

すぐできる！

息切れ知らずの呼吸筋ストレッチ体操



理学療法学専攻
宮崎 登美子

加齢によって呼吸筋は硬くなりやすく浅い呼吸になり、少し動くだ
けで息切れをしてしまうことがあります。また、肺の病気や心理的
な不安から呼吸が浅くなる場合があります。呼吸を整えて呼吸筋の
ストレッチをすることで息切れを和らげる効果、肺機能の改善、
リラックス効果が期待できます。本講義では、気軽にできる呼吸筋
のストレッチ方法をご紹介します。

公式

SNSはじめました
フォロー&いいね
よろしくお願いします！



大学HPはこちら