

事業名

美濃加茂市ポピュレーションアプローチ いきいき健康教室①

～フレイル予防啓発講演会～

主催

美濃加茂市高齢福祉課 西部長寿支援センター
 特定医療法人清仁会 のぞみの丘ホスピタル/サントピアみのかも

日時

令和 6年 4月 26日(金) 13:30～15:00

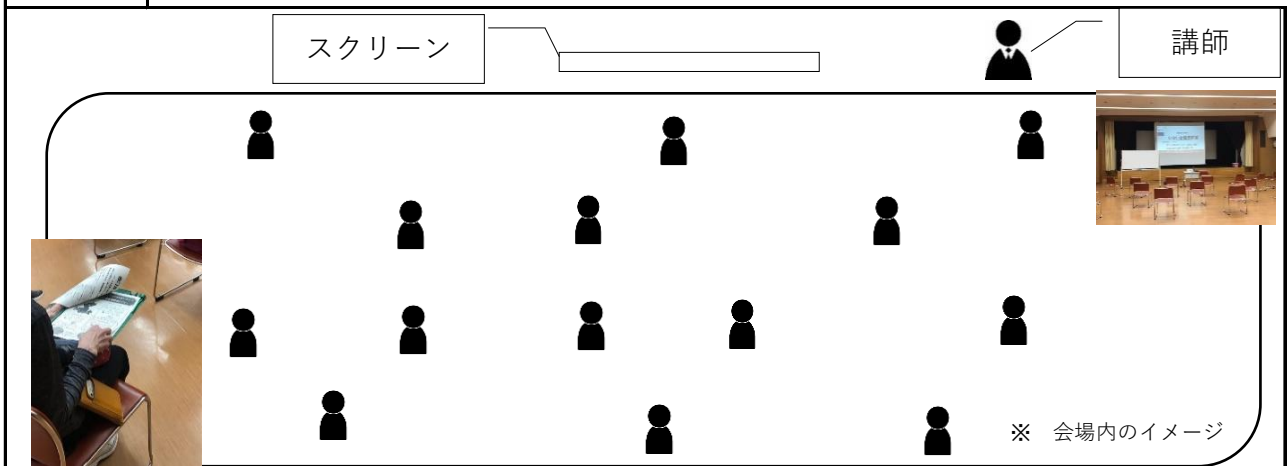
場所

美濃加茂市 生涯学習センター 2階大ホール

講師

のぞみの丘ホスピタル 医師 森藤 豊
 のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 中津智広
 のぞみの丘ホスピタル 看護師 小林友美

活動報告

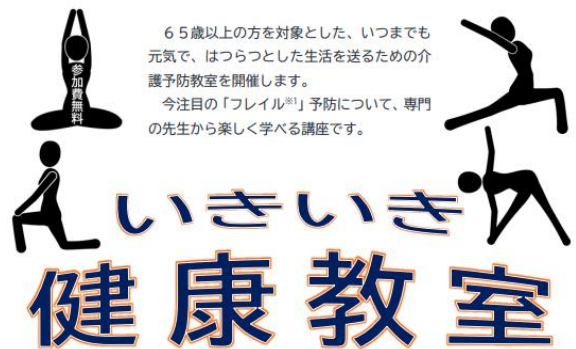


<講演会について>

この講演会は美濃加茂市での**新事業**となります。
西部・東部・中部の各地区の皆さんに「フレイル」というキーワードを発信するための講演会です。
 第1回目は**西部地区の皆さまを対象**に行われました。**フレイル**を予防するための対策として、**概論の学び**、そして**交流の場**や**運動**の重要性を実践を交えつつ啓発しております。

<基本的な感染対策について>

会場の定員数はソーシャルディスタンスが保てる座席配置を考慮して設定しております。
 また参加時のマスク着用徹底、受付での検温や問診なども実施しています。
 換気を行いつつ3密を避けた会場でした。



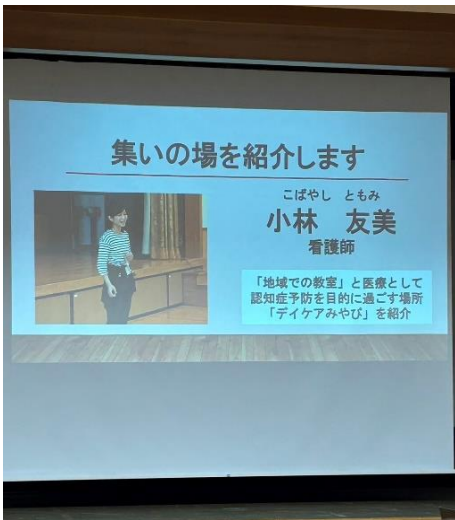
・内容・	
専門の先生から、フレイル [®] 予防のお話と、お家でできる手軽な運動や頭の体操などを学びます。	
※1「フレイル」とは、加齢により体力と気力が低下し、体と心の機が弱まっている状態のこと	
・開催日 / 場所・	・申し込み・問い合わせ・
第1回 4月26日(金) 生涯学習センター201 午後1時30分～3時	市 高齢福祉課 地域包括ケア推進係 <下記いずれかの方法にて、4月1日から申込み可> 1. 申し込みフォーム(QRコード) >>>> 2. LINE 市公式アカウント >>>> (イベント) > 【いきいき健康教室】申込 3. Tel. 0574-25-2111(内線 502)
第2回 5月23日(土) 牧野交流センター 午前10時～11時30分	
第3回 6月25日(日) のぞみの丘ホスピタル 多目的ホール 午前1時30分～3時	

参加者 30名 (含む 運営スタッフ)

講座当日の様子



会場は「美濃加茂市役所の生涯学習センター 2階の大ホール」で行われてました。
本日は快晴！！絶好の外出日和！！多くの方が参加されておりました。



我々、清仁会取材班も講座の際を見つけて撮影をさせて頂きました。



この住み慣れた美濃加茂市で、いつまでも生活して頂きたい！そのためには健康に留意していかなければなりません。**フレイル**というキーワードを正しく知り、正しく**対策**を！！