

事業名

可児市中恵土地区センター講座 **中恵土キャンパス「笑ってはつらつ」**

主催

可児市中恵土地区センター  
 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 7年 9月 17日(水) 10:00~11:30

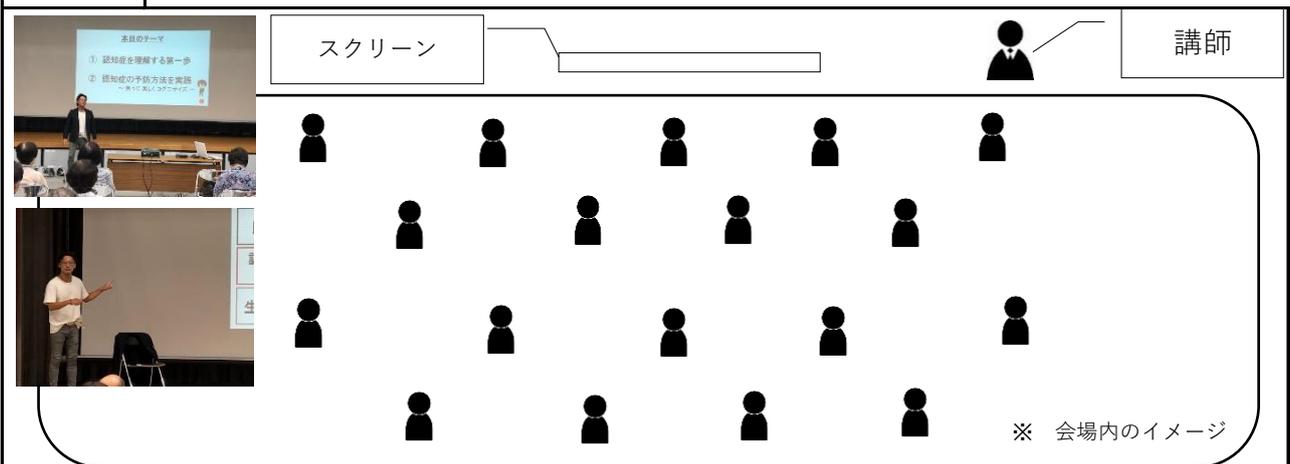
場所

可児市中恵土地区センター 大ホール

講師

のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 中津智広

活動報告



<講演会について>

この講座は可児市中恵土地区センターさんからの依頼で実施することになりました。

可児市内で活動されている各サロン、団体の参加者さんに「フレイル予防」「認知症予防」というキーワードを発信し、より健康意識を高めて頂きたいというスタッフさんの想いで具現化したものです。

事業をサポートさせて頂く当法人としては、講師より**健康維持そしてフレイルや認知症を予防するための対策**として、**概論を正しく知ること**、そして**交流の場**や**運動継続**の重要性を実践を交えつつ啓発しております。

<当日の配布資料について>

当日配布されております配布資料の一部  
 (右写真)

<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。

期	月日	講座名	内容	講師
1	4月16日	開講式&春講座	古典落語	かに家じろ吉
2	5月21日	笑ってすっきり!!笑いヨガ	誰でもできる笑いの健康体操	竹田 千寿子
3	6月18日	安全・安心・楽しい	さつぱバス・電話で予約のバスの利用法	市都市計画課
4	7月14日	座談会をしよう	看かもし帰った座談会をしよう	日比野 智寛
5	8月20日	認知症になっても毎日笑顔!!	認知症になっても毎日に生活できる方法を学びます	岐阜看護科学大学 内野 愛子
6	9月17日	笑って はつらつ!	認知症予防(楽しく認知症予防)	のぞみの丘ホスピタル 中津 智広
7	11月19日	活動!笑い!ハーモニカと朗読	ハーモニカと朗読のクラブ	飯田 泰幸 飯田 智子
8	12月	未定	御園会で古本軒春餅鑑賞	御園会
9	1月26日	映画鑑賞	おでか映画鑑賞	ala
10	2月14日	楽しく学ぼう交通安全	風芝居や子供などを交えて交通安全に備わらないよう学ぶ学習	事務局安全課
11	3月4日	閉講式&未定		未定

※日程・内容など、都合により変更になることがあります。

【開催概要】  
 開催日：毎月第3水曜日 10:00~11:30  
 (ただし、10月は休講、1月・3月は都合により別の日に開催)  
 場 所：中恵土地区センター ホール (講座内容によっては外部での開催)  
 対 象：主に中恵土地区在住の人(年齢を境として出席できる人)  
 定 員：50人  
 参加費：2,000円 (内容により実費負担あり)



参加者 **45名** (含む 運営スタッフ)

講座当日の様子



会場は「可児市 中恵土地区センター」という会場で行われてました。  
朝早くにも関わらず、大勢の方が集まっておられ、非常に賑やかな雰囲気でした。



我々、清仁会取材班も講座の隙を見つけて撮影をさせていただきました。



住み慣れた可児市で、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。フレイルや認知症というキーワードを正しく知り、正しく対策を！！