

地域の中でフレイルを先送り

住民主体のフレイル予防の実践

人生100年時代を迎え、後期高齢者のさらなる増加が予測される中で、健康寿命を延伸する高齢者のフレイル予防の取組みが全国各地で広がっています。今回の講演会では、住民が主体となり地域ぐるみでフレイル予防に取り組むためのコツや課題を好事例から学びます。地域での通いの場などですぐに使える教材やプログラムも紹介します。ぜひご参加ください。

日時： 2019年 10月16日 水 16:00-17:30

場所：地域医療振興協会本部 会議室（海運ビル4階）

東京都千代田区平河町2-6-4海運ビル

地下鉄有楽町線・半蔵門線・南北線「永田町駅」より徒歩1分
丸の内線・銀座線「赤坂見付駅」より徒歩5分

【プログラム】

○講演：「地域ぐるみのフレイル予防の取組み」
～住民運営のフレイル予防教室の実践とその効果～

講師：野藤 悠先生

東京都健康長寿医療センター研究所
社会参加と地域保健研究チーム 研究員

○話題提供：「孀恋村わっきゃない教室の取組み」
～栄養プログラムを中心に～

講師：川畑輝子

ヘルスプロモーション研究センター 管理栄養士

○ディスカッション



参加費：一般：2500円（事前振込・フレイル予防教材付）、協会職員：無料

参加ご希望の方は、ヘルスプロモーション研究センターホームページからお申込みください。
受付後、参加および振込方法についてメールにてご案内いたします。

<申込み期限：10月4日（金）>

ホームページ： <https://healthprom.jadecom.or.jp/>



※協会職員はCiscoテレビ会議で参加できます。詳しくはお問合せください。

お問合せ
連絡先

E-mail: health-promotion@jadecom.or.jp

電話：03-5212-9152

地域医療振興協会ヘルスプロモーション研究センター 担当：嶋田・成田