

第13回 青森県介護予防キャラバン in 上十三

「いつまでも過ごす おらほのまちで」 ～認知症を知り、身体を動かそう～

青森県理学療法士会では毎年「青森県介護予防キャラバン」と銘打って、県民の皆様はこのイベントを通して、健康増進と介護予防の啓発活動を行っております。

今回の介護予防キャラバンは、「認知症予防と健康増進やフレイル予防」について講話を予定しています。

認知症を予防するためにはどのような生活習慣が望ましいのか、また、住民主体型介護予防の取り組みについて理解を深めていただき、地域住民の健康増進に繋がればと思います。

午後の講演では実際の体操もおこなう予定となっております。
午後からの参加も可能となっておりますので、
ぜひ、多くの皆様のご参加とご協力を宜しくお願いいたします。



講演内容

第1 講話

「認知症の経過に応じた予防対策～住み慣れたまちで いつまでも過ごすために～」

第2 講話

「岩手県におけるシルバーリハビリ体操の取り組み –住民・行政・専門職の連携と協働–」

第3 講話

「動きだした住民主体型の介護予防事業！体験しよう 生活につながるリハビリ体操！」

◆ 開催日：令和4年7月17日(日)

◆ 時間：9:50～14:30

◆ 開催方法：パソコン、タブレット、スマートフォン等での個別端末にて、リモート(ZOOM使用)による参加

◆ 参加料：無料

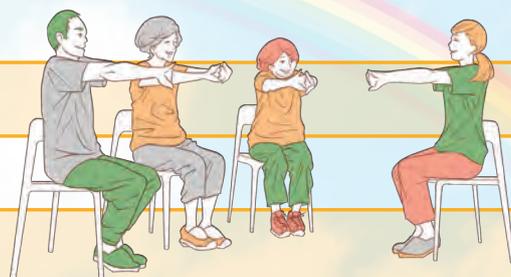
◆ 参加対象：青森県民(健康増進や介護予防に興味がある方)

◆ 申し込み方法：メールもしくはQRコード(裏面)にて、連絡先・参加者御氏名、職種をご記入・ご入力の上、お申し込みください。

◆ 申し込み期限：令和4年7月10日(日)

タイムスケジュール

| 時間 | 内容 |
|-------------|--|
| 9:50~ | 午前の部 受付開始 |
| 10:10~ | イベント開催挨拶、スケジュール説明など |
| 10:20~11:00 | 第1講話 「認知症の経過に応じた予防対策～住み慣れたまちで いつまでも過ごすために～」 講師 十和田市立中央病院 認知症認定看護師 下山 良子 先生 |
| 11:00~11:10 | 質疑応答 |
| 11:10~11:50 | 第2講話 「岩手県におけるシルバーリハビリ体操の取り組み -住民・行政・専門職の連携と協働-」 講師：公益財団法人 いわてリハビリテーションセンター 佐藤 英雄 先生 |
| 11:50~12:00 | 質疑応答 |
| | 昼休憩 |
| 13:10~ | 午後の部 受付開始 |
| 13:30~14:10 | 第3講話 「動きだした住民主体型の介護予防事業！体験しよう 生活につながるリハビリ体操！」 講師：社会医療法人元生会 森山病院 予防医学センター 小林 浩 先生 |
| 14:10~14:20 | 質疑応答 |
| 14:20~ | 閉会式 |



◆ 窓口・お問い合わせ先

十和田市立中央病院 リハビリテーション科 中里まで

電話：0176-23-5121 (内線 2280)

メール：junyapt@gmail.com

QRコード



主催 一般社団法人青森県理学療法士会

協賛 公益社団法人日本理学療法士会