

いつまでも元気でいるために！未病改善！

フレイル対策普及セミナー

年をとって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態を「フレイル」と言います。地域でフレイル対策を実践する研究者や住民の皆さんをお招きして、お話を伺います。どなたでもご参加ください。

開催日時 2024年**11月11日**（月）13：30～16：00

参加方法 Zoomによるオンライン開催（先着順）アカウント等は後日送付

参加費 **無料** 受講に必要な視聴環境と通信費は受講者負担・責任にてご準備下さい

申込方法 FAX（裏面の申込書）又は下記**Webページ**からお申込み下さい
<https://forms.gle/ycHGAPfXPZ34je5d6>



申込期間 2024年**11月4日**（月）

実施内容

第1部

特別講義

全国における住民主体によるフレイル対策の実践



【講師紹介】

東京大学 高齢社会総合研究機構
大学院工学系研究科 特任助教

たなか ともき

田中 友規 先生

専門：老年医学、健康マネジメント学
テーマ：フレイル予防

第2部

事例発表

神奈川県内の住民主体による フレイル対策

横須賀市、茅ヶ崎市、湯河原町の地域
ボランティア（フレイルサポーター）
による事例発表

第3部

意見交換会

フレイル対策を地域で 実践するためのポイント

講師と県内3地区のフレイルサポーター
による公開座談会

※当日は、神奈川県全体のフレイル対策が分かるWEBサイト「かながわフレイルナビ」の紹介も行います。

主催：神奈川県健康医療局保健医療部健康増進課

申込み・問合せ先：公益社団法人かながわ福祉サービス振興会 共生社会推進部
045-514-1182（平日9：00～17：00）

