

人生100歳時代到来!

住民が主役のフレイル予防

～つながりが健康をつくる～

日時

令和4年

10/17(月)

9:45～11:30(9:15 開場)

対象

徳島市民 80名(要予約)

会場

ふれあい健康館

費用

無料(要駐車料)

講師

神谷 哲朗 先生

東京大学高齢者社会総合研究機構 学術専門職員
岐阜県関市出身。静岡大学理学部修士課程を経て1982年に花王入社。花王では研究開発部門、マーケティング部門でトイレタリー商品開発、化粧品開発を担当。2012年7月退職し、同年8月から東京大学高齢社会総合研究機構の特任研究員として従事。東京大学では、元厚生労働事務次官の辻哲夫教授、当機構の飯島勝矢教授の下で、地域包括ケアのモデル事業の柏プロジェクトに参画し、高齢者の健康づくり、フレイル予防、生活支援サービス、在宅ケアの在り方、在宅医療関係の研究と東京大学の産学連携プロジェクトの一つである“ヘルスケアネットワーク”で高齢社会における産・官・学・民共同研究を担当。



話題の「フレイル」って何？

心身の活力(筋力や社会とのつながりなど)が低下した状態を「フレイル」といいます。運動、食事と気を付けていても思わぬ落とし穴が...

新たな科学的知見に基づくフレイル概念を分かりやすくお伝えします。

申込方法

電話もしくはFAX、メールで
徳島市地域包括支援センターへ

電話 : 0120-24-6423

FAX : 088-624-6675

E-mail: houkatsu@tokushimashi-med.or.jp

(申込みは月曜～金曜 9時～17時)

※年末年始、祝日除く

口腔
栄養
運動
社会参加

マスク着用



トクシ

手指消毒



検温



座席間隔



SOCIAL DISTANCE

換気



Open Window

感染予防対策

体調の優れないかたのご参加はご遠慮ください。感染予防対策へのご協力をよろしくお願いいたします。