

施行	F A X ・ メール B O X		令和 5 年 5 月 25 日
報道機関 各位			
東御市からのお知らせ			
タイトル	介護予防住民指導者養成講座 兼 フレイル予防講演会		
日時	令和 5 年 6 月 12 日 (月) 13 : 30 ~ 15 : 00		
場所	東御市総合福祉センター 3 階講堂	送信枚数 1 枚 (本書含む)	
【内容】			
介護予防の知識と指導技術を学び地域の集まりや介護予防教室等で運動指導者として活躍する介護予防住民指導者を育成するための講座 (全 5 回) の第 1 回と、			
広く住民にフレイル予防について普及啓発するための講演会を兼ねた会です。			
介護予防と健康な仲間づくりの技を伝授します。			
【計画の概要】			
講演 「手軽にできるフレイル予防」			
講師 健康福祉広域支援協会 代表理事 中村 崇 氏			
身体教育医学研究所 所長 岡田 真平 氏			
東御市民病院 診療技術部長 中沢 栄一 氏			
対象者 一般市民			
担当部課： 東御市福祉課地域包括支援係		担当者： 笹井涼子	
TEL : 0628-64-5000	FAX : 0268-64-8880	E-mail : kaigo@city.tomi.nagano.jp	