

令和元年度

介護予防・

参加無料

リハビリテーションのつどい

日時 令和元年11月18日（月） 13時00分～16時30分  
場所 かいてらす 大ホール

### 基調講演

## 地域で元気に暮らすための フレイル予防

甲州リハビリテーション病院  
院長 佐藤吉沖 先生



“フレイル”という言葉を知っていますか？  
加齢にともない、心身の活力が低下した状態のことをフレイルと呼び、フレイルの兆候を早期に発見し、適切な予防策を講じることで健康寿命を延ばすことができます。地域でいきいきと元気に過ごすための取り組みを一緒に考えませんか。

フレッシュマン体験発表

就職1年目のリハビリテーション  
専門職が発表します

フレイル予防体験

「フレイルチェック」と  
「いきいき百歳体操」の体験ができます

### パネルディスカッション

## 住民主体のフレイル予防の取り組み

コーディネーター：甲州リハビリテーション病院  
理学療法士 磯野賢先生

パネリスト：韮崎市「通いの場」の世話人  
笛吹市フレイルサポーター  
健康科学大学作業療法学科 中村圭一先生

【お申し込み・問い合わせ先】 山梨県福祉保健部健康長寿推進課 認知症・地域支援担当  
電話 055-223-1450 FAX 055-223-1469

時間	内容
13:00~13:20	◇開会挨拶 ◇フレッシュマン体験発表（就職1年目のリハビリテーション専門職による体験発表） 発表者：春日居サイバーナイフ・リハビリ病院 言語聴覚士 依田 夏輝 氏
13:20~14:20	◇基調講演『地域で元気に暮らすためのフレイル予防』 講師：甲州リハビリテーション病院 院長 佐藤 吉沖 氏
14:20~15:00	◇フレイル予防体験① 『フレイルチェックをしてみよう』 チェック指導者：笛吹市フレイルサポーター ◇フレイル予防体験② 『いきいき百歳体操でさらに元気に（いきいき百歳体操の効果）』 講師：健康科学大学 作業療法学科 講師 中村 圭一 氏
15:10~16:30	◇パネルディスカッション『住民主体のフレイル予防の取り組み』 コーディネーター：甲州リハビリテーション病院 理学療法士 磯野 賢 氏 パネリスト：韮崎市「通いの場」の世話人 笛吹市フレイルサポーター 健康科学大学 作業療法学科 講師 中村 圭一 氏

かいてらす 大ホール  
（山梨県地場産業センター）  
甲府市東光寺3-13-25  
TEL 055(237)1641



\*駐車場に限りがありますので、公共交通機関のご利用、乗り合わせにご協力ください。

**お申し込み**（令和元年11月8日（金）締切）

当日参加も可能ですが、準備の都合上できるだけ事前のお申し込みをお願いします。

山梨県福祉保健部健康長寿推進課 認知症・地域支援担当  
電話 055-223-1450 FAX 055-223-1469

氏名	氏名