

フレイル普及 オンラインセミナー

令和4年 8月17日(水)

14:00～16:00開催

参加費無料



出典：東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢
「フレイル予防ハンドブック」から引用

「フレイル」とは「虚弱」を意味し、年をとって筋力・認知機能・社会とのつながりなどが低下した状態を言います。多くの方が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。フレイルの兆候を早期に発見して日常生活を見直すなどの正しい対処をすれば、フレイルの進行を抑制することができます。

第一部では、フレイル予防の第一人者である、東京大学高齢社会総合研究機構 機構長・未来ビジョン研究センター 教授 飯島 勝矢 氏をお招きしフレイルに関するセミナーを、第二部ではフレイル上級トレーナー 成田 慎一 氏によるフレイルチェックの解説を行います。

いつまでも元気であるために、是非この機会にご自身の健康状態を認識しにきてください。

<プログラム>

(1) 「フレイル」ってなに？

～フレイルの理解とコロナ禍におけるフレイル予防について～

講師：東京大学高齢社会総合研究機構 機構長
未来ビジョン研究センター 教授
飯島 勝矢 氏



(2) フレイルトレーナーによるフレイルチェックの解説

講師：上級フレイルトレーナー 成田 慎一 氏



<開催方法>

ZOOMによるオンライン開催（アカウント等は後日送付）

※受講するために必要な視聴環境と通信費は、受講者負担・責任にてご準備ください

<定員>

500名

<お申込み> ※8月10日まで

詳しくは、右記のQRコード先のリンクをご確認ください



または、<https://www.kanafuku.jp/services/koreifukushi/20220817frail.html> をご確認ください

送信票不要

公益社団法人かながわ福祉サービス振興会 宛

E-mail f-taisaku@kanafuku.jp

FAX 045-227-5691

「フレイル普及オンラインセミナー」

※以下の項目すべてにご記入ください

記入日	月	日
ふりがな		
氏名		
電話番号	()	
E-mail	※必ずご記入ください。	
住所	〒	
所属等	地域で活動されている役割等ありましたらご記入ください。 例) ○○市フレイルサポーター、○○市食生活改善推進員、○○市役所高齢介護課 等	