

令和2年度健康づくり・介護予防研修会開催要項

1 目的

誰でも年を重ねれば、自然の老化とともに心身の機能が衰えていくものです。心身の機能低下のなかでも、認知症の増加やフレイル（年齢に伴う虚弱）などは、長寿社会にとって大変身近な課題です。特に、新型コロナウイルス感染拡大の影響で、重症化のリスクが高いとされる高齢者の外出機会が減っており、軽度の認知症発症のリスクが大きくなってきていると心配されています。

今回の研修会で、認知症予防の知識を身に付け、地域の高齢者の健康づくりや介護予防の向上に繋げていただくことを目的に開催します。

2 主催

公益社団法人 鳥取県老人クラブ連合会

3 共催

鳥取県福祉保健部ささえあい福祉局長寿社会課

4 日時

令和2年10月5日（月） 13時30分～15時30分

5 会場

倉吉体育文化会館 2階 大研修室

〒682-0023 倉吉市山根 529-2 TEL (0858) 26-4441

6 参加について

(1) 参加定員 150人

(2) 参加対象者

- ・老人クラブ会員等
- ・市町村老連事務局担当者
- ・その他、老人クラブおよび内容に関心のある方

(3) 参加者の経費 参加者の旅費等は参加者側で負担お願いします。

7 日程

時間	内容	
13:00	受付	
13:30	開会	あいさつ：県老連 岡森会長
13:40	講義	テーマ 「コロナに負けないで、しっかりボケ予防もしていきましょう！ ～とっとり方式認知症予防プログラムの紹介～」 講師：鳥取大学医学部医学科医学教育学講座健康運動科学分野 准教授・医学博士 加藤 敏明 氏
14:50	休憩	
15:00	レクリエーション	健康づくり推進員 高塚 勝 氏
15:30	閉会	あいさつ：木村企画委員長

8 申込み方法について

各市町村老人クラブ連合会は令和2年9月17日（木）までに参加者を取りまとめて、別紙「参加申込書」に記入の上、下記県老ク連事務局まで送付してください。

【申込先】

公益社団法人鳥取県老人クラブ連合会事務局（柳川・柳谷）

〒689-0201 鳥取市伏野1729-5（県立福祉人材研修センター内）

電話：0857-59-6351 ファクシミリ：0857-59-6340

9 新型コロナウイルス感染症等の感染予防 ～「3密」を避ける対策～ について

- ① 研修当日は受付で検温を行い、発熱がないことを確認いたします。
- ② 発熱や風邪の症状、息苦しさ、強いだるさ等体調不良の方は参加をお控えください。
- ③ 各自マスクを準備して着用し、こまめな手洗い、手指消毒を行うとともに、咳エチケットにもご協力ください。
- ④ 換気を行うため、寒暑調整のできるよう衣服を準備してください。
- ⑤ 体調不良の場合は、無理をせず欠席もご検討ください。
欠席の場合は、事務局（0857-59-6351）まで連絡をお願いします。
- ⑥ 受講中に体調の変化を感じられた場合も、無理をせず早めにお申し出ください。
- ⑦ 万が一、新型コロナウイルスに関して保健所から要請があれば、氏名及び所属先の情報を提供する場合があります。
- ⑧ やむを得ず研修を中止・延期する場合がございますので、参加前にホームページ等にてご確認ください。

9 その他

- ① 会場は下記地図を参照ください。（JR倉吉駅から徒歩10分）
- ② 駐車場に限りがありますので、公共交通機関を御利用ください。
- ③ 老人クラブ傷害保険に加入しておいてください。万が一のケガの補償に手軽な掛金と簡単な手続きで安心できる老人クラブ傷害保険に是非加入してください。

