

令和5年度地域支え合い研修会開催要項

1 目的

老人クラブは、「声かけ」や「日常生活の支援」、「話し相手」等、友愛活動に取り組んでいますが、コロナ禍の外出自粛や活動自粛等で地域の支え合いの基盤が弱まってきています。

そこで、今回の研修会では、免疫力アップ、脳の活性化、血行促進等心身の健康に効果があるとされる「笑い」を体操として取り入れることで、日常の生活を笑いに満ちたものにし、一人ひとりの健康はもとより、地域全体を元気にしていくことを目的に開催します。住み慣れた地域で安心して楽しく暮らしていけるような地域支え合いへ広がることを期待します。

2 主催

公益社団法人 鳥取県老人クラブ連合会

3 日時・会場

令和5年12月6日（水） 13時30分～15時30分

倉吉体育文化会館 2階 大研修室

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

4 参加について

- (1) 参加定員 150人程度
- (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をお願いします。

5 日程

時間	内容	
13:00	受付	
13:30	開会 あいさつ	鳥取県老人クラブ連合会 会長 岡森 裕
13:40	講演 (体験型)	講師：日本笑いヨガ協会 代表 高田 佳子 氏
15:20	閉会 あいさつ	企画委員会 副委員長 杉原 俊雄

6 申込み方法について

各市町村老人クラブ連合会は令和5年11月24日（金）までに参加者をとりまとめて、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

7 新型コロナウイルス感染症等の感染予防対策について

- (1) 37.5度以上の発熱や風邪の症状、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。研修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。
- (2) こまめな手洗い、咳エチケットにご協力ください。
- (3) マスクの着用は個人の判断となりますが、周囲にいる方の重症化リスクなどを考慮してマスクの着用の御協力をお願いします。

8 その他

- (1) 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。
- (2) 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。