

介護予防講演会 人生100年時代 ～高齢期の日常生活を元気に過ごすために～

◆アピールポイント	<p>○「高齢期」は誰もが同じように体と心に変化を迎える時期です。常に先にある「老い」を前向きに捉え、自分らしい豊かな高齢期とするための考え方を学びます。</p> <p>○日常生活を元気に過ごすためにどんな準備が必要なのか、自分らしい生活を送るためのポイントを多くの看取りに携わった経験を持つ看護師の番匠千佳子氏がお話しします。</p> <p>○富士山静岡交響楽団のバイオリン奏者による、昔懐かしい曲のメドレーもお楽しみいただけます。</p>
◆日時・場所	<p>【葵 区】 日時 令和5年8月8日(火)13:30～15:30 会場 MIRAIリアン コミュニティホール七間町(1階) (葵区七間町12番4号)</p> <p>【駿河区】 日時 令和5年7月27日(木)13:30～15:30 会場 静岡県コンベンションアーツセンター グランシップ 11階 会議ホール風(駿河区東静岡二丁目3番1号)</p> <p>【清水区】 日時 令和5年8月4日(金)13:30～15:30 会場 静岡市東部勤労者福祉センター 清水テルサ 1階 テルサホール(清水区島崎町223番地)</p>
◆内容	<p>13:30 開演</p> <p>13:35 第1部 講演 老い支度から「今をどう生きるか」を考える 講師 番匠千佳子氏(まちの看護相談室り〜び(Live)代表)</p> <p>15:00 第2部 演奏 心和むバイオリンの調べ 奏者 近藤由理氏・酒井静香氏(富士山静岡交響楽団)</p> <p>15:30 終演</p>
◆対象・申込	対象)市内在住で関心のある方 各日100人 申込締切)令和5年7月24日(月)

別紙資料 https://www.city.shizuoka.lg.jp/597_000066.html

是非、取材をお願いします。

【問合せ】

地域リハビリテーション推進センター

(葵区城東町)

担当 増田 澤井

電話 054-249-3182