

平成30年度 第1回 福寿荘介護予防啓発講座

介護予防大作戦

in 気仙沼

『みんなで延ばそう！健康寿命
～健康で長生きをする秘訣～』

講演講師：中村 睦美(なかむら むつみ)氏

(東京都健康長寿医療センター研究所「福祉と生活ケア研究チーム」)

実技指導：ころぶんすなよ！海潮音(みしおね)体操
～あんだもはまらいん！～

講師：樋口 和奏(ひぐち わかな)氏

(東京都健康長寿医療センター リハビリテーション科 理学療法士)

日時：平成30年6月29日(金) 午後1:00～2:30

場所：気仙沼市老人福祉センター「福寿荘」

対象：福寿荘「趣味の集い」参加者全員

定員：70名(バス送迎あり)

申込み：参加希望の方は、老人福祉センター

「福寿荘」まで直接お申し込み下さい。

問合せ先：老人福祉センター「福寿荘」

吉田 電話0226-23-1022



(日常生活で心配なこと お気軽にご相談ください)

主催：社会福祉法人 気仙沼市社会福祉協議会、気仙沼市老人福祉センター「福寿荘」

共催：気仙沼支援 医療・福祉関係5団体、東京都健康長寿医療センター研究所

先生方のご紹介

➤中村 睦美 氏

東京都健康長寿医療センター研究所、東京都介護予防推進支援センター
博士(保健医療科学)、理学療法士

東京学芸大学、東京衛生学園専門学校リハビリテーション科卒業後、一般病院にて主に高齢者に対する理学療法を行いながら茨城県立医療大学大学院保健医療科学研究科にて博士号取得。一般病院でのリハビリテーション科統括部長代理、東京都介護予防推進支援センター副センター長を経て、現在、東京都健康長寿医療センター研究所 非常勤研究員。専門は、地域づくりによる介護予防、老年学、高齢期の理学療法など。

➤樋口 和奏 氏

東京都健康長寿医療センターリハビリテーション科 理学療法士

H26年3月 杏林大学保健学部理学療法学科 卒業。H26年4月 東京都健康長寿医療センターリハビリテーション科 入職。H27年から、研究所「福祉と生活ケア研究チーム」の江尻研究員とともに、震災支援の一環として、気仙沼バージョンのご当地介護予防体操(「ころぶんすなよ！海潮音(みしおね)体操 あんだもはまらいん！)」の地元制作メンバーをサポート。日本理学療法士協会、公衆衛生学会所属。