

# 人生 100 年時代をどう生きる？ ～シルバーリハビリ体操と介護予防の意味～

本市では、平成 26 年度から住民参画の介護予防事業「シルバーリハビリ体操」を取り入れ、現在、指導士 113 名が地域の高齢者のつどいの場で普及啓発活動を行っています。

この度、この体操を考案された地域リハビリテーションの第一人者である大田仁史氏をお招きし、いつまでも自分らしく暮らしていくために必要な介護予防についてご講演をいただきます。

■日時：平成 31 年

開場 13:00

3 月 2 日（土）

講演 13:30

～15:30

■会場：庄原市民会館大ホール

■講師：茨城県立健康プラザ

おおたひとし

管理者 **大田仁史氏**

## 【プロフィール】

香川県高松市出身。昭和 37 年（1962 年）東京医科歯科大学医学部卒業、伊豆逋信病院副院長を経て、平成 7 年茨城県立医療大学教授、翌年、同大学付属病院院長。平成 17 年より茨城県立健康プラザ管理者、茨城県立医療大学名誉教授。平成 27 年茨城県立医療大学付属病院名誉院長。

医学博士、茨城県地域リハビリテーション普及促進協議会会長、健康いばらき推進協議会会長、NPO 法人日本健康加齢推進機構理事長ほか



入場  
無料

主催：庄原市

共催：庄原市シルバーリハビリ体操普及啓発事業プロジェクト協議会、広島県

後援：庄原市医師会、庄原市歯科医師会、庄原市西城市民病院、庄原市自治振興区連合会、

庄原市社会福祉協議会、庄原市老人クラブ連合会、庄原市シルバーリハビリ体操指導士会

【問い合わせ】庄原市生活福祉部高齢者福祉課 電話（0824）73-1165