

動画
配信

健康寿命を延ばす体づくり①

～転倒予防編～

日本は世界有数の長寿国といわれ、男女とも平均寿命は未だに延び続けていますが、健康で自立して生きられる『健康寿命』と平均寿命の差が10年近くあることが問題となっています。その差を少なくする方向を目指すためには、要介護の状態になることを防止して、健康寿命を延ばすことが必要となります。転倒をきっかけとして要介護の状態になることが多い傾向にありますので、健康寿命を延ばすため、この講座で転倒を予防する体づくりについて学んでおきましょう。

配信期間	2021年 7月20日(火) ～ 7月26日(月)
視聴時間	約1時間
対象	愛媛県民一般(介護職等専門職の方も受講できます。)
実費	無料
講師	あき整形外科リハビリテーションクリニック 副院長 公益社団法人愛媛県理学療法士会 副会長・地域局長 吉野 一弘 先生
申込方法	ホームページから
受付締切	2021年7月13日(火)まで受付



国立善通寺病院附属リハビリテーション学院卒業後、愛媛県立病院に勤務。現在は、あき整形外科リハビリテーションクリニックの副院長を務めると共に、公益社団法人愛媛県理学療法士会の副会長・地域局長として地域包括ケア推進に取り組み、愛媛県内各地での地域ネットワークづくりの活動をしている。

「健康長寿には準備が大切」、「地域で支えあう仕組みを作ろう」を活動の合言葉にしている。

趣味は、登山とジョギング。



“ みんなで学ぼう介護のいろは ”

<お問い合わせ先>

愛媛県在宅介護研修センター(愛称: **愛ケア**)

〒791-0122 松山市末町甲9番地1

TEL: 089-914-0721 FAX: 089-914-0732

(ホームページ) <https://ehime-zaitakukaigo.com/>



- * 受付締切後、IDとパスワードをメールで送付いたします。メールが受信できるよう「ehime-zaitakukaigo.com」のドメインをあらかじめ登録してください。
- * 受付状況についてお知りになりたい方は、当センターまでお問い合わせ下さい。
- * 受講申込フォームにご記入いただいた個人情報は、当センターが責任を持って管理いたします。