

福岡市市民レクリエーション大会

主催/NPO法人福岡市レクリエーション協会・福祉レクリエーション推進委員会

福祉レクリエーションセミナー開催!!

～フレイル予防 で 楽しく健康長寿～

「フレイル」とは、高齢になって心や体の活力が低下した状態のこと。長期間放っておくと要介護状態になる可能性が高くなります。

要介護になる前のフレイル状態になるのを予防する事業を連携し「糸島モデル」に取り組まれている九州大学の実務責任者の岸本裕歩(ひろ)准教授に、フレイル予防運動やフレイルチェック(体力測定)を教えてください。



講師

岸本 裕歩 准教授

九州大学基幹教育院自然科学理論系部門 キャンパスライフ・健康支援センター(兼任)
大学院人間環境学府(兼任)

日時

令和3年11月7日 日 14:30～16:00 受付:14:00～

場所

〒815-0031 福岡市南区清水1-17-15
福岡市立障がい者スポーツセンター 2階講習室 TEL : (092) 751-1121

定員

50名

参加費

1,000円

対象 福祉と健康づくりに関心のある方 人生をいきいきと楽しみたい方

福祉施設あるいは地域において、福祉レクの実践・支援に関わっている方

申し込み:11月1日(月)までに下記の申し込み用紙に必要事項記入し、FAXまたはメールでお願い致します。

●このセミナーはレク・インストラクター資格取得のための単位の一部となります。履修カードをお持ち下さい。

問い合わせ：NPO法人福岡市レクリエーション協会 (〒819-0005 福岡市西区内浜1-5-1)

TEL:092-707-6617

FAX:092-707-6600

E-mail:info@rec-fukuokacity.jp

福祉レクリエーションセミナー 参加申し込み【11月7日(土)開催】

| | | |
|-----------|-------|--------------------------------------|
| しめい 氏名 | | ○で囲んでください 一般 市レク会員 福祉レク部会会員 |
| 住所 | 〒 TEL | |