

県民公開講座

☆☆☆健康寿命延伸フォーラム☆☆☆

参加費

無料



健康長寿の秘訣

～フレイル予防で体も心もすこやかに！～

【日時】令和元年10月14日(月・祝) 13:00～16:00(受付12:30～)

【会場】新潟ユニゾンプラザ「多目的ホール」(新潟市中央区上所2-2-2)

【主催】新潟県民医療推進協議会・新潟県 【後援】新潟市・新潟日報社

特別講演

多目的ホール 13:00～14:30 参加定員:350名

「健康寿命延伸のためのロコモ予防」

講師 新潟万代病院 院長 堂前 洋一郎 先生



体験コーナー

屋内イベント広場(1階)・県民サロン・ロビー(2階) 13:00～16:00

「聞いて！見て！体験！みんなで学ぼう健康寿命！！」

多職種の団体が健康チェックや健康づくりの体験ができるブースを設け、来場者の皆様の健康づくりを応援します。

☆新潟県看護協会・新潟県訪問看護ステーション協議会

○血圧測定・血管年齢測定・看護師による健康相談 ご自身の健康をチェックしてみましょう！

☆新潟県歯科医師会・新潟県歯科衛生士会・新潟県歯科技工士会

○歯磨きの仕方、入れ歯の相談 ○健口(けんこう)チェック ○歯ブラシプレゼント！

☆新潟県薬剤師会・新潟県病院薬剤師会

○おくすり相談に応じます！ ○あなたの肺は大丈夫？スモーカーライザーチェック

☆新潟県理学療法士会

○下肢筋力チェック(立ち上がりテスト) ○歩行能力チェック(2ステップテスト)

☆新潟県栄養士会

○賢く食べて、いきいきと！ 栄養に関するクイズ・アンケートや栄養相談を受け付けます！

☆新潟県作業療法士会

○簡単認知症チェック ○生活よろず相談～認知症は予防できる！ご本人とご家族へのワンポイントアドバイス～

☆新潟県言語聴覚士会

○咀嚼力判定ガムを使用した「噛む力」の判定 ○発話器官の運動能力測定 ○脳のトレーニング

☆新潟県柔道整復師会

○日常生活でケガをしないための個別相談 ○テーピング体験・気になる関節のチェック&柔整手技など

☆新潟県鍼灸マッサージ師会・新潟県鍼灸師会

○座って体験できる、あん摩マッサージ指圧と貼る鍼でツボ刺激！ ○身体のお悩み相談会

☆新潟県社会福祉士会・新潟県医療ソーシャルワーカー協会・新潟県精神保健福祉士協会

○睡眠自己チェックシート・リーフレット等配布 ○福祉相談に応じます！

☆新潟県診療放射線技師会

○かかとで測る骨密度測定検査(超音波法) 10秒でわかるあなたの骨密度！

☆新潟県臨床検査技師会

○唾液を検査して、あなたのストレス度をチェックします！

☆新潟県臨床工学技士会

○我が家で療養する時代へ～在宅呼吸療法などのご紹介～

☆新潟県介護老人保健施設協会

○デイケアの紹介 ○広報紙「老健にいがた」等配布



【お申し込み・お問い合わせ先】新潟県民医療推進協議会 健康寿命延伸フォーラム事務局

〒951-8581 新潟市中央区医学町通2-13 新潟県医師会業務課内

TEL 025-223-6381(平日:9:00～17:00)

FAX 025-224-6103

MAIL gyomu@niigata.med.or.jp



健康寿命を
伸ばそう！

◎健康寿命とは？

健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。

平均寿命と健康寿命の間には、男性で約 9 年、女性で約 13 年の差があるといわれていますが、誰もが最後まで健康でいきいきとした生活を送りたいと思っています。

本フォーラムに参加された皆さんが1つでも2つでもヒントを得て、元気で長生きができるよう一緒に考える機会となれば幸いです。健康寿命を延ばしましょう！

◎新潟県民医療推進協議会

新潟県内の保健・医療・福祉に関する 29 の関係団体により多職種が連携して活動している協議会です。

協議会内には在宅医療や大災害などの様々な課題を検討する委員会を設置しており、今回のフォーラムは健康寿命延伸に係る多職種協働推進委員会が主体となって開催いたします。

【構成団体】

新潟県医師会/新潟県歯科医師会/新潟県薬剤師会/新潟県看護協会/新潟県精神科病院協会/新潟県歯科衛生士会/新潟県歯科技工士会/新潟県病院薬剤師会/新潟県栄養士会/新潟県理学療法士会/新潟県作業療法士会/新潟県臨床検査技師会/新潟県診療放射線技師会/新潟県臨床工学技士会/新潟県柔道整復師会/新潟県鍼灸マッサージ師会/新潟県鍼灸師会/新潟県介護福祉士会/新潟県社会福祉士会/新潟県医療ソーシャルワーカー協会/新潟県介護老人保健施設協会/新潟県老人福祉施設協議会/新潟県精神保健福祉士協会/新潟県言語聴覚士会/新潟県介護支援専門員協会/新潟県小規模多機能型居宅介護事業者協議会/新潟県認知症高齢者グループホーム協議会/新潟県病院協会/新潟県訪問看護ステーション協議会

申 込 方 法

FAX・メール・はがきにより、必要事項をご記入の上、下記の申込先へ
10月9日（水）までにお知らせください。（※電話でのお申込は受付いたしません。）

【必要事項】① **申込代表者氏名（フリガナ）** ② **参加人数** ③ **電話番号**

※特別講演は、会場の都合上、定員 350 名までの先着順とさせていただきますので、
聴講を希望される場合は、上記事項の他に「**特別講演参加希望**」とご記入ください。

【申 込 先】〒951-8581 新潟市中央区医学町通 2-13 新潟県医師会業務課内
健康寿命延伸フォーラム事務局 あて

FAX：025-224-6103 e-mail：gyoumu@niigata.med.or.jp

【そ の 他】特別講演は、申込が定員を超過した場合に限り、ご連絡させていただきます。
お知らせいただいた個人情報、今回のフォーラム以外に使用いたしません。

FAX 送信先：025-224-6103

健康寿命延伸フォーラム

健康長寿の秘訣～フレイル予防で体も心もすこやかに！～

参 加 申 込

【申込代表者】

(フリガナ) 氏 名	
電話番号	— —
参加人数	名

特別講演 参加	☐ 希望する（参加人数 名）
------------	---------------------------------------