

コロナ禍から見えた大切なこと

人とのつながりによるフレイル予防

2年以上にわたるコロナ禍により、外出を自粛し閉じこもりがちになっていませんか??

閉じこもりがちな生活は、心身が弱る「フレイル」のきっかけです。

コロナ禍にあっても、人とつながりながら、いつまでも元気に日々を過ごすヒントを、

フレイル予防研究の第一人者である村山洋史先生と、

地域の第一線でフレイル予防に取り組まれる実践者の皆様をお招きして、お話しいただきます。

日時 令和4年 **11月30日(水)**

午後 **2時** から午後 **4時** (開場 午後 **1時30分**)

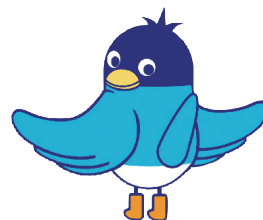
会場 **成城ホール** (世田谷区成城 6-2-1)

※裏面の地図をご参照ください。

対象 区内在住の **65歳以上**の方
区内の高齢者の支援に携わる方

定員 **100名** (要申込)

※感染症の影響で変更の可能性があります。



基調講演 **村山 洋史 氏**

地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所
社会参加と地域保健研究チーム研究副部長、博士(保健学)

「健康長寿の秘訣は人とのつながり」

～コロナ禍であらためて考えるつながりの大切さ～

パネルディスカッション

「実践者に聞く“つながり”の大切さ」

コーディネーター：村山 洋史 氏

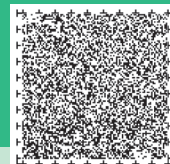
パネリスト：三浦 晴美 氏 (青空サロン)

大野 幸男 氏 (さくら会)

黒澤 真紀 氏 (祖師谷あんしんすこやかセンター)



《お申し込み》 令和4年 **10月15日(土)**～**11月22日(火)**まで
せたがやコール：電話 **03-5432-3333** FAX **03-5432-3100**



音声コード

コロナ禍から見た大切なこと

人とのつながりによるフレイル予防

講師略歴

2009年東京大学大学院 医学系研究科 健康科学・看護学専攻 博士課程修了。

東京大学高齢社会総合研究機構、ミシガン大学公衆衛生大学院等を経て、2020年4月より、地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター研究所社会参加と地域保健研究 チーム専門副部長、2021年4月同研究副部長（テーマリーダー）。博士（保健学）。公衆衛生学修士。看護師・保健師。日本公衆衛生学会 奨励賞、（公財）長寿科学振興財団 長寿科学賞、日本疫学会奨励賞などを受賞。専門は社会疫学・老年学。社会参加、ソーシャルキャピタル、社会的孤立・孤独をキーワードに、人々のつながりや地域の文化・風土が健康に及ぼす影響について研究している。

代表著書『「つながり」と健康格差 なぜ夫と別れても妻は変わらず健康なのか』

会場案内

成城ホール 世田谷区成城 6-2-1

- ・小田急線成城学園前駅下車徒歩4分
- ・バス成城学園前駅下車徒歩5分
（成城学園前駅～渋谷駅・等々力操車所・用賀駅・二子玉川駅・千歳船橋駅・神代団地・千歳烏山駅・調布駅南口・狛江駅北口・千歳烏山駅南口）
- ・バス砧総合支所下車0分
（祖師ヶ谷大蔵駅～循環）



お申し込み・お問い合わせ

せたがやコール：電話 03-5432-3333 FAX 03-5432-3100
ファクシミリでお申し込みの方は、下記に記入して送信してください。

名 称 令和4年度 世田谷区介護予防講演会

住 所 〒

氏 名 (フリガナ)

電話番号