



市政記者クラブ 様

令和5年10月6日（金）
千種保健センター保健予防課
担当：江崎、内山
電話：753-1982

初開催・椋山女学園大学との共催企画 高齢者向け体力測定会の開催について

地域の介護予防を推進するため、千種区と連携協力の協定を結んでいる椋山女学園大学との共催で、高齢者を対象とした体力測定会を今回初開催します。

参加者は、体力測定を行うことで、日常生活に必要な筋力がついているかがわかります。また、日常生活の中で簡単にできる取り組みを学ぶことで、筋力の維持・向上が図られ、寝たきりや認知症を予防し、健康寿命の延伸が期待できます。

体力測定会では、椋山女学園大学看護学部の学生ボランティアにも従事をいただきます。この体力測定会を通して、学生の実践力の養成に寄与することも期待しています。

高齢者の方に対し、千種区が今後開催する介護予防事業への参加を促していきたいため、是非ともご取材くださいますようお願いいたします。

日 時 令和5年10月14日(土)9:30～12:00
(取材可能時間 11:00～12:00)

場 所 椋山女学園大学 看護学部棟 4階
(名古屋市千種区星が丘元町17-3)

参加者 65歳以上で区内在住の方 35名

内 容 講演会、音楽療法、体力測定会（握力、開眼片足立ち、5m歩行）
※取材は体力測定会のみとなります。

取材申込 取材を希望される場合は、10月13日（金）正午までに上記担当へご連絡ください。

その他 14日(土)8:00の時点で、大雨、洪水、または暴風警報が発令されている場合は中止とします。