

# 健康長寿 講演会



平成29年10月21日(土)

13:30~15:15 13:00開場

会場:吉富フォーユー会館 大ホール

申込  
不要

入場  
無料



野口 久美子氏

保健師として30年以上活躍した実績と、介護老人保健施設の現場での経験を基に、高齢者の認知症予防や健康づくりについての講演を行います。高齢の方はもとより、これから家族の介護を考える上でも大変参考になるお話です。

13:30~15:00

演 題

## 幸齢(高齢)社会を 生きぬくために ~心も体もすこやかに~

講師 野口 久美子氏

公益財団法人 福岡労働衛生研究所健康増進部長  
NPO法人心とからだの健康サポート福岡理事  
福岡県各委員

資格/看護師、保健師、助産師、介護支援専門員(ケアマネージャー)、  
精神保健福祉士、社会福祉主事

15:00~15:15

ロコモ予防講習

## ロコモ予防で健康長寿

講師 渡辺 玲子氏 協力/吉富町ロコモ予防推進員  
健康運動指導士