

平成20年度

介護予防まつり inまえばし

～ピンシャン!元気で明るいまちづくり～

平成21年2月1日(日) 10:00~16:00

会場：中央公民館ホール（前橋プラザ元気21 3階）
群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校
（前橋プラザ元気21内）

イベント内容

●ピンシャン!元気コンテスト

75歳以上の方の元気の秘訣を楽しく紹介、表彰します

●体力測定・健康チェックコーナー

筋力や血圧、体脂肪、もの忘れなどをチェック!

●介護予防実践コーナー

やってみよう「ピンシャン!元気体操」
栄養バランスのよいおいしい試食の提供
お口の健康チェックと「お口アップ体操」

●介護予防サポーター活動発表

地域での実践の様子を紹介!

●パソコン体験

●その他

前橋はり・きゅう師会による体験施術
信木俊輔氏 絵画展示



介護予防とは?

住み慣れた場所で、いつまでも元気でいきいきと暮らせるよう、介護が必要な状態にならないように予防したり、介護が必要になってもそれ以上悪化しないようにする、どなたにも大切な取り組みです。

前橋市施設管理公社による
元気ひろげたいフェスティバル

一地区一自慢コンテスト表彰式

主催 ●
前橋市
前橋地域リハビリテーション広域支援センター
群馬県地域リハビリテーション支援センター
後援 ●
前橋商工会議所
群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校
上毛新聞社

講演会など

「介護予防でまちづくり」

講師：浅川 康吉 先生

（群馬大学医学部保健学科准教授）

トークショー

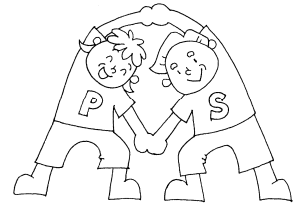
「元気100歳に聞きました」

司会とお話：山口 晴保 先生

（群馬大学医学部保健学科教授）

メイン会場（中央公民館 ホール）

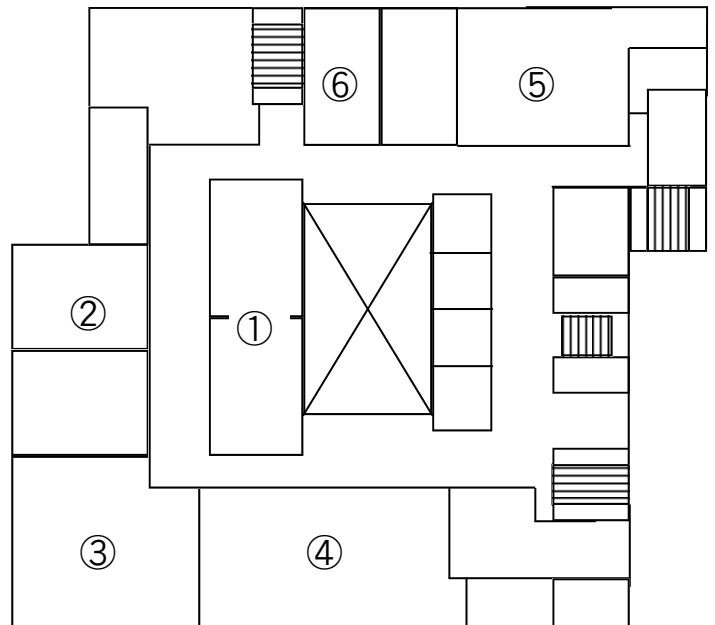
- | | |
|-------------------------------|----------------------------------|
| 10:00 開会宣言 | 高木 政夫 前橋市長 |
| 10:10 講演「介護予防でまちづくり」 | 浅川 康吉 先生 |
| 11:10 一地区一自慢コンテスト表彰式 | 前橋市政策課 |
| 11:30 体験しよう「ピンシャン！元気体操」 | 前橋市介護高齢福祉課
前橋市介護予防サポーター |
| 13:00 挨拶 群馬県地域リハビリテーション支援センター | 酒井 保治郎 センター長
(群馬大学医学部保健学科教授) |
| 13:10 トーク「元気100歳に聞きました」 | 山口 晴保 先生 |
| 14:00 ピンシャン！元気コンテスト | 審査員：高玉 真光 先生
(老年病研究所附属病院院長) 他 |



サブ会場（群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校）10:10～1会場

- ①：PT教室
介護予防サポーター活動発表
・パネル展示
・自主グループ「筋トレ芳賀」発表
(11:40～12:00)
※15:30～16:00
介護予防サポーター上級研修担当者会議
- ②：OT教室1
信木俊輔氏 絵画展示
介護予防のプランを立ててみよう
- ③：治療室
体力測定・健康チェックコーナー
前橋はり・きゅう師会による体験施術
- ④：機能訓練室
元気ひろげたいフェスティバル
- ⑤：日常生活訓練室
介護予防実践コーナー（試食）
- ⑥：パソコン室
パソコン体験

※3階で受付後、ご案内いたします。



会場・駐車場案内



会場：前橋プラザ元気21内
前橋市本町2-12-1
027-210-2199

- 駐車場：
1. 市民交流プラザ等駐車場
(元気21専用駐車場)
 2. 市営パーク5番街
 3. 市営パーク千代田
 4. 市営パーク城東
 5. 前橋中央駐車場

※市営駐車場は5時間無料です。
※なるべく乗り合わせてお越しください。

●お問い合わせ先（主催者）●

前橋市役所
介護高齢福祉課
☎027-898-6133

前橋地域リハビリテーション
広域支援センター
☎027-253-5165