

平成26年度 きららシニア山口～健康長寿・地域支援生涯現役パワー促進事業～  
地域高齢者・生涯元気！健康づくり応援セミナー  
開催要項



1 趣 旨

山口県は全国と比較して、10年も早く超高齢社会が進んでいます。その中で、介護予防は重要な課題であり、現在、健康長寿や地域支援事業として「地域包括ケアシステム」の構築が進められているところです。

こうしたことから、「きららシニア山口」では、一般高齢者（非会員）の方々にも広く呼びかけ、健康づくり・介護予防運動に取り組んでいき、多くの地域高齢者が生涯現役パワーを促進するためのセミナーを開催いたします。

2 日 時 平成26年12月5日（金） 午前10時30分から午後3時まで

3 主 催 一般財団法人 山口県老人クラブ連合会〔きららシニア山口〕

4 後 援 山口県、社会福祉法人 山口県社会福祉協議会

5 会 場 維新百年記念公園 スポーツ文化センター内  
視聴覚室／レクチャールーム  
(山口県山口市維新公園四丁目1番1号)

6 日 程

10:00 10:30 10:45 12:00 13:00 14:50 15:00

受付	開会式	講演 「介護予防のすすめ」	昼食・休憩	実技 「ねんりん山口元気体操」、 「恋するフォーチュンクッキー」(YOB版)の紹介	閉会式
----	-----	------------------	-------	-------------------------------------------------	-----

7 内 容

(1) 講 演

「介護予防のすすめ」

講 師 健康運動指導士 重 田 和 弘 氏

(2) 実 技

「ねんりん山口元気体操」、「恋するフォーチュンクッキー」(YOB版)の紹介

講 師 ねんりん山口元気隊、山口県老人クラブ連合会事務局

8 参加対象・定員

(1) 対 象

各市町老連会員、一般高齢者（老連非会員）

(2) 定 員 80名程度

## 9 参加費及び昼食について

### (1) 参加費

ア 老連会 員 参加費・・・一人 500円 (資料代・その他)

イ 老連非会員 参加費・・・無料

### (2) 昼 食・・・1個600円 (税込み・お茶付) を斡旋いたします。

斡旋希望の方は、別紙「参加申込書」の「昼食弁当欄」にてお知らせください。

別途、研修会当日に弁当受付にて食券の購入が必要となりますので、御留意ください。

※市老連会員の方：当日、受付及び弁当受付で市町老連ごとにお支払ください。

※老連非会員の方：当日、弁当受付で個別にお支払ください。

## 10 参加申込み

別紙「参加申込書」に必要事項を御記入の上、平成26年11月28日(金)までに下記事務局へ郵送またはFAXにて申込みください。

## 11 問い合わせ先

一般財団法人 山口県老人クラブ連合会〔きららシニア山口〕 事務局

(社福) 山口県社会福祉協議会 地域福祉部

生涯現役推進センター 担当：白松、柳井

〒753-0072 山口市大手町9番6号

TEL 083-924-2838 FAX 083-928-2387

## 会場周辺地図



## 会場アクセス

JR山口線を御利用の方：矢原駅下車、矢原駅から北へまっすぐ1km歩きます

バスを御利用の方：「児童センター前」もしくは「中村」で下車 (国道9号線側)  
「競技場」もしくは「維新公園前」で下車 (県道宮野大歳線側)



この研修会は赤い羽根共同募金の配分金により開催いたします