

令和5年度 介護予防講演会

地域が住民を元気にする 「通いの場」ってなに？

団塊の世代が75歳をむかえる2025年はすぐそこです。
「社会参加」は介護予防・フレイル予防に効果的です。介護予防の専門家の話を聞いて、通いの場への一歩踏み出しませんか。

講師：東京都健康長寿医療センター研究所
東京都介護予防・フレイル予防推進支援
センター 副センター長

う え だ た く や
植 田 拓 也 氏



【略歴】

北里大学卒業(理学療法士)、桜美林大学大学院修了(老年学博士)
外来、在宅、通所でのリハビリテーション及び介護予防事業に約10年間従事
2018年4月より東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター副センター長として現職
ラジオ体操及び介護予防・フレイル予防に関する研究、
東京都62区市町村が住民主体の通いの場等の介護予防や地域づくりを推進するための支援を
実践されています。

日 時：令和5年6月29日（木）午後2時～4時

（受付開始：午後1時半）

会 場：東久留米市役所 市民プラザホール

対 象：市内在住の概ね65歳以上の方

定 員：50名（事前申込制）

費 用：無料 ※手話通訳が必要な方は申込時に必ずお伝えください

申 込：6月1日（木） 午前10時から下記へ

<申込および問合せ> 東久留米市介護福祉課 地域ケア係

電話 042(470)7777 内線2501～2503