






令和4年度白石市生活支援体制整備事業研修会  
～ 一人ひとりの“できること”から  
つながり支え合う地域をめざす ～

コロナ禍により、外出の機会や地域行事、集いの場の開催が減少し、人と人とのつながりが薄れていくことで、心身のフレイル（虚弱）が心配されています。そこでこの度、歯科衛生士や理学療法士から、普段の生活の中でできる健康維持のヒントや自分で取り組めることなどを学ぶため、住民を対象とした研修会を下記のとおり開催します。また、音楽鑑賞会も催しますので併せてお楽しみください♪  
皆さまのご参加をお待ちしております。



【開催日時・場所】

<p><b>第1回目</b> <b>10月25日(火)</b> 10:00▶11:30 <b>中央公民館ホール</b></p>	<p>第1部研修会 「健康で生き活きと暮らし続けるために」 【講師】 白石市地域包括支援センター 歯科衛生士 <small>こせき ちはる</small> 小関 千晴 氏  第2部音楽鑑賞会 【ビオラ演奏者】 アンサンブルシャプレ <small>さとう</small> 佐藤 まゆみ 氏  </p>
<p><b>第2回目</b> <b>11月8日(火)</b> 10:00▶11:30 <b>中央公民館ホール</b></p>	<p>第1部研修会 「健康で生き活きと暮らし続けるために」 【講師】 宮城県理学療法士会理事 <small>つぼた ともこ</small> 坪田 朋子 氏   第2部音楽鑑賞会 【声楽家】 テノール歌手 <small>あづま けんた</small> 我妻 健太 氏</p>

【参加費】 無料

【定員】 100名 \*定員を超過した場合は、先着順とさせていただきます

【その他】 ・申込は不要です。

・新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になる場合がありますので、事前に長寿課ホームページでご確認いただくか、または下記までお問合せください。

【お問い合わせ先】 社会福祉法人白石市社会福祉協議会 ☎0224-22-5210  
白石市保健福祉部長寿課 ☎0224-22-1361