



NEWS (PRESS) RELEASE

平成28年12月26日

志摩市 健康福祉部 介護・総合相談支援課

タイトル	志摩市介護予防講演会の開催について
概要	志摩市では毎年度、高齢者や高齢者の介護予防活動を支える方々（民生委員、お達者サポーター、自治会役員、老人クラブ役員）を対象に介護予防講演会を開催しており今年度は下記の内容で計画しています。 講演テーマ：笑いと心身の健康法～健康長寿の秘訣は「笑」にあり～ 講師：四日市看護医療大学 老年看護学 准教授 小林 美奈子さん 開催日時：平成29年1月20日（金） 13：30～15：15（予定） 会場：阿児アリーナ ベイホール 「笑うことは健康にいい」ということは昔から言われていますが、現在ではその効果が科学的に解明されてきています。そこでこれからの健康維持や介護予防活動に元気なうちから取り組むきっかけとなるよう今回の介護予防講演会では「<u>笑い</u>」がもたらす健康効果とその仕組みや日常の中に意識的に「<u>笑い</u>」を取り入れる<u>コツ</u>について実技を交えた講演を計画しましたので、ぜひ<u>情報発信にご協力をお願いします</u>
開催日	平成 29年 1月20 日（金）
開催時間	13時30分～ 15時15分（予定）
開催場所	阿児アリーナ ベイホール
主催	志摩市
お問合せ先	志摩市 健康福祉部 介護・総合相談支援課 担当： 奥野 TEL 0599-44-0284 FAX 0599-44-5260 e-mail : okuno-hideki@city.shima.lg.jp