

発信課	福祉保険部長寿社会課
担当者	笠松 修英
連絡先	電 話 直通 25-6457
	FAX 29-6404
	E-mail n_kasamatsu@city.asahikawa.lg.jp

分 類	イベント・行事 <input type="checkbox"/> 募集 <input type="checkbox"/> 契約・入札 <input type="checkbox"/> 会議・説明会 <input type="checkbox"/> その他 <input type="checkbox"/>
日 程	令和6年9月29日 10時00分 ~
発表項目 (行事名)	シニア脳と食の講演会
概 要 (趣旨・日時・ 場所・内容等を 記入すること。)	<p>市民の健康寿命を延伸し、シニア世代が健康で活躍する社会の実現を目指して、令和6年度に長寿社会課が中心となって、「健康な食事や運動」、「介護予防・疾病予防」、「社会参加」をテーマとして、「あさひかわ健康寿命延伸事業」を実施します。「シニア脳と食の講演会」は、そのスタートイベントとして開催し、「介護予防としての脳卒中予防」、「健康メニュー（生活習慣病予防のための減塩食の作り方のコツ等）」などをテーマとして専門家を招いて講演を行います。</p> <p>1 日時 令和6年9月29日（日）午前10時～12時30分</p> <p>2 場所 駅前イオン・イオンホール</p> <p>詳細は別紙参照</p>
添付資料	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>
報道（取材）に当たってのお願い	
備 考	

シニア脳と食の講演会の概要

1 日時

令和6年9月29日（日）午前10時～12時30分

2 場所

駅前イオン・イオンホール

3 内容

(1) 演題「シニア世代の脳 ～脳卒中～」 (60分)

講師：木村 隆氏（旭川医療センター院長）

内容：介護予防としての脳卒中予防

(2) 演題「シニア世代の食 ～管理栄養士と考える、私にできる健康メニュー（今日からできる、美味しい減塩食を一緒に考えよう）」 (60分)

講師：小柳 淳子氏（森山メモリアル病院管理栄養士）

（ヘルスケアダイニング「ルパサニタス」想いやりランチ監修）

内容：高血圧，糖尿病予防及びフレイル予防のための食事（減塩食含む）

(3) 演題「旭川市の介護予防の取り組み」 (20分)

講師：長寿社会課職員

4 定員

120人

5 位置付け

旭川市が、令和6年度に実施する「あさひかわ健康寿命延伸事業」の主要事業として「シニア脳と食の講演会」を位置付ける。

6 主催

旭川市福祉保険部長寿社会課・旭川市老人クラブ連合会