

超高齢化社会を救う切り札！

ノルディックウォーク・ポールウォークで楽しい毎日を

介護予防シンポジウム

ポールを持つと歩くことが楽しくなり、皆が外を歩きたくなり、歩けなかった人が歩けるようになります。

プログラム概要

開会挨拶 ノルディックウォーキング・ポールウォーキング推進全国連絡協議会設立準備委員会代表
大阪大学名誉教授 多田羅浩三

来賓祝辞 おおた高齢者見守りネットワーク「みまーも」代表 中村 一孝

基調講演

「2025年を見据えた東京都の高齢化対策～地域包括システムの構築に向けて」

東京都福祉保健局高齢社会対策部部長 厚労省都市部の高齢化対策に関する検討会委員 中山 政昭

指定発言

「わが国のノルディックウォーキングとポールウォーキングの現状と指導者制度」

ノルディックウォーキング・ネットワーク代表 NPOみんなの元気学校代表理事 校條 諭

実践報告

「笑って楽しくメタボ・ロコモ・サルコペニアを予防しよう
～千葉県鋸南町におけるポールを使った教室の実践～」

千葉県鋸南町保健福祉課・地域包括支援センター保健師 櫻井 好枝

「まちに住む高齢者のポールを使った介護予防教室の実践」

大田区地域包括支援センター入新井センター長 澤登 久雄

「大田区に於るシニア向けポール de ウォーク教室の効果—高齢者の歩行機能を測って—」

東京医療保健大学医療保健学部教授 山下 和彦

記念講演「ポールウォーキングのききめ —健康ウォーキングのすすめ—」

日本ポールウォーキング協会会長 医学博士 安藤 邦彦

【ノルディックウォーキング・ポールウォーキング実技体験会】初めての方はどうぞお気軽に！ 無料です。

12:30～13:30 及び 16:00～17:00 ご自由にご参加ください(ポールも準備します)

平成26年5月29日(木)

14:00～16:00 (受付13:30)

■定員：70名 (申込み先着順) ■参加費：無料 来聴歓迎！

■会場：東京・六郷地域力推進センター 2階 (右記地図参照)

[住所]：東京都大田区仲六郷 2-44-11 ☎03-3732-4855

[交通]：京浜急行・雑色(ぞうしき) 駅下車3分(京浜急行・品川駅から各停21分)

■申込み・問い合わせ NW/PW 推進協議会設立準備委員会

☎03-3818-3545 FAX でお申込下さい

〒113-0033 東京都文京区本郷 1-20-7 安藤ビル 201

メール：walk@tbz.t-com.ne.jp FAX 03-6699-9742

●主催：ノルディックウォーキング・ポールウォーキング推進全国連絡協議会設立準備委員会

●後援 東京都 大田区 おおた高齢者見守りネットワーク「みまーも」

