

# 明石市高齢者福祉月間 オープニングイベント

明石市では、9月を「高齢者福祉月間」と定め、すべての高齢者に敬意を表し、お一人お一人を応援するとともに、地域で安心して暮らせる「やさしい地域共生社会」づくりを目指すため、敬老事業や認知症啓発に関する事業を行っています。

そのオープニングイベントとして、「きんもくせい賞表彰式」と「講演会」を開催します。

## 9月1日 日

13:00～15:30

アスパア明石北館9階  
子午線ホール

定員 200名(応募多数時抽選)

参加無料

### 第1部 きんもくせい賞表彰式

地域貢献に取り組んでいる高齢者団体を表彰し、活動を紹介します。

- 明石市高年クラブ
- 健康体操自主活動グループ
- あかねカレッジ登録団体 など



### 第2部 フレイル予防講演会

## 「健康寿命のカギは口にあり！」

～知っていますか？オーラルフレイル～



“フレイル”とは、心身の活力が低下して、健康な状態と要介護状態のちょうど真ん中であり、予防や改善ができる段階です。

“イレブンチェック”で自分の健康状態を“チェック”しましょう。

また、「ふれあいの里」の大岡保健師が、今日から始められるお口の体操や生活習慣などを楽しく、わかりやすくお伝えします。



申し込み

下記のいずれかの方法でお申し込みください

- ① 右の二次元コード または 市ホームページから
- ② 裏面の申込書をFAX
- ③ ハガキに

「氏名・住所・電話番号・参加人数・要約筆記等の有無」を記入

**申込期限: 8月8日(木)** ▶ 参加が決定した方のみ入場券を送付します (8月下旬頃)



明石市 福祉局 高齢者総合支援室 いきいき係

〒673-8686 明石市中崎1丁目5番1号

TEL

078-918-5166

FAX

078-918-5133



FAX 078-918-5133

高齢者総合支援室 いきいき係宛

### 明石市高齢者福祉月間オープニングイベント 申込書

代表者	住所			
	ふりがな		年齢	歳
	お名前			
	電話番号	—	—	

参加人数 (代表者を含む最大5名までお申し込みいただけます。一緒に来場されるご家族やグループごとにお申し込みください。)	人
---	---

※必要な場合に☑をご記入ください。

<input type="checkbox"/> 手話通訳が必要です	<input type="checkbox"/> 要約筆記が必要です
------------------------------------	------------------------------------

(お申込みにあたって)

- 応募多数時は、抽選となります。
- 受講が決定した方のみ、市から入場券を送付します。(8月下旬頃)
- 当イベントの駐車場はありません。アスパア明石駐車場は有料でのご利用になります。
- 申込書の記入内容にお間違いのないようご注意ください。なお、ご記入いただいた個人情報は、本事業の目的以外には使用しません。