

# 第23回 飯塚病院 ふれあい市民講座

## いつまでも暮らし続けられる まちであるために

～我が事・丸ごとで **地域包括ケアシステム** を考える～

パネルディスカッション & フレイルチェック体験 & 血圧・体脂肪・筋肉量測定も！

5/26日  
2019 受付12:00～  
13:00～

会場 **イイツカコスモスコモン**  
福岡県飯塚市飯塚14-66

問合先 **飯塚病院 広報課 0948-29-8892**

参加費 **無料**・申込 **不要**・手話あり

### パネルディスカッション

13:00～14:30

ファシリテーター

近畿大学産業理工学部 准教授

**長谷川 直樹**

パネリスト

飯塚市長

**片峯 誠**

飯塚医師会 会長

**松浦 尚志**

西日本新聞 筑豊総局長

**高木 昭彦**

住民代表

**井手 克行**

飯塚病院 特任副院長

**井村 洋**

**主催** 飯塚病院 **共催** 飯塚市

### フレイル※チェックを体験してみよう！

14:45～15:30

フレイルサポーターと一緒に、今の自分の体の状態を知り、健康維持・病気予防に役立てましょう！

※フレイルとは年とともに体力や気力が衰え日常生活が送りにくくなったり、病気にかかりやすくなる状態のこと

### 血圧・体脂肪率・筋肉量測定も実施！

測定は12:00～12:50、15:40～16:10の間で行います

測定結果に基づき、市の保健師・運動指導員がワンポイントアドバイスを行います。

お気軽にお立ち寄りください♪♪

※妊娠中の方、ペースメーカーをご使用の方など測定できない場合もございます。

後援 飯塚医師会、直方鞍手医師会、田川医師会、西日本新聞、福岡県嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所、福岡県田川保健福祉事務所、嘉麻市、桂川町、直方市、宮若市、鞍手町、小竹町、田川市、福智町、糸田町、香春町、大任町、川崎町、添田町、赤村