

## 第6回「いきいきライフセミナー」の開催について

一般社団法人名友会 会長 新 開 輝 夫

名友会では、会員の皆様のご健康・ご長寿を願い定年退職後の生活をより充実したものとしていただくため、健康講座「いきいきライフセミナー」を開催しております。

第6回を迎える今回は、講師に、高齢者の「食べる力」に着目した健康づくりを支援する活動を行っているNPO法人メディカルケア協会の小野有香里先生をお迎えして開催いたします。

食べる力が衰えると、窒息、脱水、低栄養や誤嚥性肺炎を起こしやすくなります。加齢のせいとそのままにしないで、食べる機能の大切さを学び、衰えを予防する体操を覚えましょう。

受講をご希望される方(名友会会員及びその配偶者の方限定)は、**1月31日(金)までに**次の方法にてお申し込みください。受講は**無料**です。

### 【メールでお申し込みをされる場合】

件名を『**セミナー参加申込**』と明記(必須)していただき、下記の必要事項を記入のうえ [k-meiyu@live.jp](mailto:k-meiyu@live.jp) までメールをお送りください。

■お名前 ※ご夫婦で参加される場合は連名でご記入ください。

■ご住所

■生年月日

■電話番号

参加受付(会員資格の確認)が完了しましたらメールにて受講証をお送りいたします。

### 【ファックスでお申し込みをされる場合】

別紙「セミナー参加申込書」に必要事項をご記入のうえ、名友会(052-263-1645)あてにファックスをお送りください。 ※ご夫婦で参加される場合は名前欄に連名でご記入ください。

参加受付(会員資格の確認)が完了しましたらファックスにて受講証をお送りいたします。

なお、2月20日(木)までに名友会からの返信がない場合には、恐れ入りますが名友会事務局(052-263-1593)までご連絡ください。

\*当日、発熱、せき・くしゃみが出るなど体調の悪い方は、参加をご遠慮いただきます。

日 時 令和7年3月3日(月)午後2時～午後4時30分

※入場受付は午後1時30分から開始

会 場 名古屋国際センタービル4階 第3研修室

名古屋市中村区那古野一丁目47番1号

地下鉄「国際センター」(桜通線)2番出口から直結

\*国際デザインセンターとお間違いないきようお願いします。

演 題 「誤嚥予防」

講 師 NPO法人メディカルケア協会 東京代表理事 小野 有香里 先生(薬剤師)

定 員 30名(申込先着順)

なお、定員となり次第受付を終了させていただきますので、ご了承ください。

※当日は、前半は講話、後半は体操習得(簡単な体操)の予定ですので、動きやすい服装でご参加ください。

(別紙)

## 第6回「いきいきライフセミナー」参加申込書

一般社団法人名友会事務局 あて

(ファックス番号：052-263-1645)

|     |  |      |          |
|-----|--|------|----------|
| お名前 |  | 生年月日 | 年 月<br>日 |
| ご住所 | 〒 -<br><br>電 話 :       —       —<br><br>F A X :       —       —<br><br>* 必ずご記入願います |      |          |