

令和3年度

第1回札幌市中央区在宅ケア連絡会

コロナ禍で  
こころは辛い

## ～コロナ禍のフレイル+α対策～

新型コロナウイルス感染対策として外出自粛等が実施されるようになり、1年以上が経過しました。その間、運動不足になる・人との会話が減る・食事が偏りがちになる、といった生活を余儀なくされてしまった方は少なくないでしょう。こうした生活を続けている高齢の方はフレイル【脆弱な・虚弱な】とよばれる状態になる事が懸念されます。そこで今回は札幌溪仁会リハビリテーション病院の理学療法士の先生をお招きし、皆さんとフレイル対策について考えたいと思います。

講師：佐藤義文 先生

(医療法人溪仁会 札幌溪仁会リハビリテーション病院 リハビリテーション部部长)

日時：令和3年5月19日(水) 19:00～20:30

参加費：無料 定員：500名

WEBツール：ZOOM ミーティング

### 申込方法

- ① [home.care.mtg@gmail.com](mailto:home.care.mtg@gmail.com) へ件名に「中央区ケア連」と入れて、本文に「氏名」と「事業所名」「電話番号」を記載しメールを送ってください。
  - ② 返信がありますので URL をクリックして Google フォームに必要事項を記載して下さい。
  - ③ 確認の返信があれば登録完了です。なければ [tagami@seimeikan.or.jp](mailto:tagami@seimeikan.or.jp) にご連絡下さい。
  - ④ Zoom ミーティングの URL に関しては事前に URL をメールで送ります。
- 取り扱う個人情報は適切に処理します。在宅ケア連絡会の案内を希望される場合には、今後各区在宅ケア連絡会などの案内をします。他に使用することはありません。



締め切り：5月14日(金)

問い合わせ：医療法人財団老蘇会 静明館診療所 地域連携部 田上

TEL 080-9329-1286