



## 「市民公開講座」の開催について

亀山市は、亀山医師会との共催により、来る10月19日（日）午後1時30分から亀山市文化会館大ホールにおいて、市民公開講座「住み慣れた地域で自分らしく過ごすために」を開催します。

本市では、多くの人々が、健康な状態からフレイルを経て要介護状態になると考えられていることから、フレイルにならないための取り組みとして、市民主体によるフレイル予防活動を地域ぐるみで推進し、高齢者の健康寿命の延伸を目指しています。

本市民講座では、老化に関連する様々な基礎研究、臨床研究、疫学研究を行い、世界のトップランナーとして、これまで数多くの実績を上げてこられました国立長寿医療研究センター長寿医療研修センターの前島伸一郎センター長をはじめ、同センターの医療関係者の方々をお招きします。

当日は、地域ぐるみで認知症予防に取り組む秘訣や日常生活における具体的な予防方法なども紹介され、参加者の皆さんに楽しく学んでいただける内容となっています。

市では、市民の皆さんが住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる地域共生社会の実現に向けて、今後もこうした学びの機会を積極的に提供してまいります。

なお、入場は無料となっていますので、是非、多くの皆さんにご参加いただきますよう心よりお待ちしております。

詳細につきましては、別紙資料をご覧ください。