

インターネット配信 [オンデマンド] 健康づくり講座
「働く世代の未来のために～知ってほしい、COPD のこと～」
開催要領

1 目的

肺の生活習慣病とも呼ばれるCOPD（慢性閉塞性肺疾患）について正しい知識を持つことにより、自分や家族の健康に関心を向けるきっかけとする。また、最近では、フレイルやサルコペニアの原因になることも注目されていることから、適切な生活習慣、運動習慣、リハビリにより、健康的な生活を維持できることを学び、生活習慣の振り返りや健康習慣の意識向上につなげることが出来る。

2 対象者

山口県内に在住または勤務されている方
(※インターネット配信が受信できる環境が整っている方)

3 配信公開日

令和 6 年 11 月 12 日 (火) 9:00 ～ 令和 6 年 11 月 25 日 (月)

4 内容

インターネットでの動画配信講演 (各 20～30 分程度)

講演 1 「働く世代から始まる介護予防：COPD の基礎知識」

講師：国立大学法人山口大学医学部附属病院 院長 松永 和人 氏

講演 2 「COPD に負けない体づくり～呼吸から考えるサルコペニア・フレイル予防～」

講師：独立行政法人国立病院機構 関門医療センター

理学療法士 石光 雄太 氏

5 主催

公益財団法人山口県健康福祉財団 山口県健康づくりセンター

6 受講申込み

(1) 受講は無料です。

(ただし、視聴に必要な費用 (通信料を含む) は受講者側の負担となります)

(2) 申込み方法

下記のいずれかの方法でお申し込みください。

・『受講申込書』による申し込み

受講申込書に必要事項を記入され、FAX またはメール、郵送で提出してください。
(郵送料は受講者様側の負担となります)

※『受講申込書』は山口県健康づくりセンターHP (<https://www.hwy.or.jp/center/>) の「お知らせ」欄より入手可。

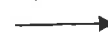
受講決定後、メールにて受講方法をお知らせしますので、メールアドレスを忘れずに御記入ください。

※お申し込み時に、お知らせいただいた個人情報は、当講座以外の目的で使用いたしません。

・『研修申し込みフォーム』(Google フォーム)による申し込み

山口県健康づくりセンターHP の「お知らせ」欄から研修詳細情報ページにアクセス、または右記の二次元コードよりアクセスし、必要事項を入力の上、送信をお願いします。

【二次元コード】



(3) 申込期限： **令和6年11月11日(月)まで**

(4) 申込み先：山口県健康づくりセンター

〒753 - 0814 山口市吉敷下東3丁目1番1号

TEL 083-934-2200 FAX 083-934-2209

URL <https://www.hwy.or.jp/center/>

7 受講方法

公開日前日までに、申込み書に記入したメールアドレス宛に、当センターより受講方法について御案内します。視聴可能な時間帯にその手順に沿ってアクセスし、視聴してください。

8 その他

- (1) 申し込み後、視聴が難しくなった場合は、事前に御連絡ください。
- (2) 配信終了後にアンケートをお送りしますので、御協力をお願いいたします。御回答いただいた方には**受講記念品**を差し上げます。
- (3) 職場やサロンなど、複数名での視聴を御希望の方で、インターネットへのアクセスが難しい場合には DVD の貸し出しも行います。御希望の場合は、当センターまでお問合せください。

[問い合わせ先] 山口県健康づくりセンター TEL (083) 934-2200

《参考》健康づくり講座 受講の流れ

