

令和元（2019）年 6 月 3 日

身体を動かそうプロジェクト参加団体の長 様

栃木県保健福祉部健康増進課長

令和元（2019）年度ロコモアドバイザーとちぎ養成研修会の開催について（通知）

県民の健康づくりの推進につきましては、日頃から御協力をいただき厚く御礼申し上げます。

さて、ロコモティブシンドロームの理解促進と予防推進を図るため、下記のとおり研修会を開催し、「ロコモアドバイザーとちぎ」(別紙 1 参照)を養成することといたしました。

つきましては、別紙 2 により 6 月 26 日(水)までに参加者を御報告くださいますようお願いいたします。

記

- 1 日 時 令和元（2019）年 7 月 4 日（木） 13:30～16:00
- 2 場 所 とちぎ健康の森健康づくりセンター 大会議室（宇都宮市駒生町3337-1）
- 3 対象者 運動器（骨、関節、筋肉等）に関する基本的な知識を持つ医療従事者（医師、看護師等）、介護従事者（ケアマネジャー、介護福祉士等）及び学校関係者（体育教諭、養護教諭等）並びに運動指導に関する専門的な知識を有する者で、地域においてロコモ予防の普及啓発をボランティアで行うことができる者
- 4 内 容 (1) 講義「ロコモの最新情報」（仮）
講師：栃木県立リハビリテーションセンター理事長 星野 雄一氏
(2) 実践「ロコモ度テストで調べよう」「ロコトレを始めよう」（仮）
講師：栃木県立リハビリテーションセンター部長 藤平 淳一氏
- 5 その他 研修会受講者は、ロコモアドバイザーとして登録するため、別紙 2 提出後に参加者が変更となる場合は御連絡願います。

なお、定員になり次第〆切とさせていただきます可能性がございますので御了承ください。

健康長寿推進班 寺内

TEL 028 (623) 3094

FAX 028 (623) 3920

Email terauchih1901@pref.tochigi.lg.jp

「ロコモアドバイザーとちぎ」に登録しませんか？

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)を予防することは、生涯にわたり健康でいきいきとした生活を送るために重要です。

栃木県では、県内に住む全ての方にロコモに関する知識を得て予防法を実践していただけるよう、ロコモ予防の普及啓発に取り組んでいます。

みなさん「ロコモアドバイザーとちぎ」として活動し、ロコモ予防に協力してください！

「ロコモアドバイザーとちぎ」とは…

運動器(骨、関節、筋肉等)に関する基本的な知識を有する医療従事者(医師、看護師等)及び介護従事者(ケアマネジャー、介護福祉士等)、及び学校関係者(体育教諭、養護教諭等)並びに運動指導に関する専門的な知識を有する者で、県が実施する研修会を修了した方に「ロコモアドバイザーとちぎ証」を交付し、名簿に登録します。

アドバイザーには、それぞれの地域や職場でロコモ予防の普及啓発活動を行っていただきます。



アドバイザーには、下記の普及啓発資材を提供したり、貸出しを行います。
提供するにあたっては、活動計画書を御提出いただきます。

詳しくは

○【提供】「ロコモメイトとちぎ」リストバンド



アドバイザーからロコモの原因や予防法など、ロコモに関する正しい知識の説明を受けた方は「ロコモメイトとちぎ」です。
栃木県では、ロコモアドバイザーとちぎの活動を通して、黄緑色の「ロコモメイトとちぎ」リストバンドをロコモ予防のシンボルとして配布しています。

○【提供】リーフレット「ロコモってご存知ですか？」



移動機能の状態をチェックするロコモ度テストやロコモを予防するためのロコトレなどを掲載しています。

○【提供】講演会用PowerPoint資料

講演会等に活用できるPowerPoint資料です。WEBサイトからダウンロードできます(要パスワード)。

○【貸出し】ロコモ度測定器具

ロコモ度テストを実施する時に便利なツールの貸出しを行っています。

○その他にも…

栃木県の健康づくり専用サイト健康長寿とちぎWEBにて、活動情報の発信ができます。



参加申込書 (添書不要)

送付先	差出人
<input type="radio"/> 郵送 〒320-8501 宇都宮市埜田1-1-20 <input type="radio"/> FAX 028-623-3920 <input type="radio"/> E-mail terauchih1901@pref.tochigi.lg.jp 【宛先】 栃木県保健福祉部健康増進課 健康長寿推進班 寺内	<input type="radio"/> 所属 _____ <input type="radio"/> 氏名 _____ <input type="radio"/> O T E L _____

※本申込書は健康長寿とちぎWEB「お知らせ・イベント情報」でダウンロードすることもできます。

【標題】

「令和元（2019）年度ロコモアドバイザーとちぎ養成研修会の参加申込について」

開催日時：令和元（2019）年 7月4日（木） 13:30 ～ 16:00

開催場所：とちぎ健康の森健康づくりセンター

大会議室（宇都宮市駒生町3337-1）

参加者をご記入ください。

氏名	職種	所属	所属住所	所属電話番号 その他（Eメール等）

※期限 令和元（2019）年6月26日（水）