



2025 年 10 月 1 日（水）

愛知県公立大学法人 愛知県立大学

担当 守山総務課 小林

電話 052-736-9711

E-mail ankanri@nrs.aichi-pu.ac.jp

**名古屋市守山区・上志段味自治会(上志段味学区保健環境委員会)主催の
「かみしだみ健康ひろば」において、愛知県立大学看護学部・大学院看護学
研究科の学生によるフレイル予防のためのイベントを開催します。**

愛知県立大学守山キャンパスにおいては地域連携の一環として、キャンパスのある上志段味地区の地域団体「上志段味自治会」へ参加しています。同自治会と看護学部・大学院看護学研究科との連携について相談する中で、この度、地域高齢者の方を対象に、大学院看護学研究科地域・国際看護学高度実践コースの授業を受講する学生との協同によるフレイル（加齢により気力と体力が低下し、要介護の一手手前の状態）予防のためのイベントを実施することとなりました。

是非、貴社にてお取り上げいただきますとともに、ご取材いただきますようお願い申し上げます。

記

【日 時】 2025（令和7）年10月17日（金）10:00～11:30

【場 所】 上志段味公民館ホール（名古屋市守山区上志段味中屋敷 1465-2）

【内 容】 「いきいき脳体操！ みんなで楽しく健康づくり」
保健師は地域住民の健康の保持増進のために活動する専門職です。地域での活動をととして、住民の方々が自分の健康を考え、日常生活の中で予防活動を実践できるようにという思いから企画しました。

【講 師】 看護学研究科地域・国際看護学高度実践コースの学生 4名
（大学院看護学研究科博士前期課程で保健師を目指す学生の専門教育科目「保健指導技術演習」の授業の一環として実施するものです。）

【参 考】 上志段味自治会（名古屋市守山区）
<https://www.kamishidami.net/>
愛知県立大学大学院看護学研究科
https://www.aichi-pu.ac.jp/academics/graduate_nursing_and_health/index.html

フレイル予防イベント

かみ しだみ 健康ひろば

みんなで楽しく、ヨボヨボ予防！



いきいき脳体操！
みんなで楽しく健康づくり

無理なく頭と体をほぐして、
毎日をもっと快適に。
初めての方も大歓迎です。

協力：愛知県立大学大学院看護学研究科

対象

誰でもOK！ お気軽にご参加ください！

日時

2025年10月17日(金) 10:00~11:30

会場

上志段味公民館ホール

お申し込み

不要

持ち物

室内シューズ / 飲み物(水分補給用)

転倒防止のため、脱げやすい履き物はご注意ください

今後の開催予定日

毎月第3金曜日

2025

11/21

2026

12/19 1/16

参加費
100円

※4月から有料になりました



そもそも フレイル ってなに??

「フレイル」とは、加齢によって気力と体力が徐々に落ち、
要介護の一手手前になっている状態のこと。放っておく
と、すぐに介護が必要になってしまいます。

早く気がついて予防することで、健康な状態に戻ることが期待できます！