

『いきがい・健康を考える』 オンライン講演会のご案内

全国明るい長寿社会づくり推進機構連絡協議会は、高齢者の生きがい健康づくりの啓発普及のため、オンライン講演会を期間限定で配信します。申込は不要で、動画の視聴料は無料です。ただし、動画の視聴にかかるインターネット通信料は動画視聴者の負担となります。

このオンライン講演会は、配信期間内にYouTubeで動画を視聴いただくものです。
(1講座約60分)



配信期間 5月7日(火)～20日(月)

※開始日は10時から、最終日は17時まで視聴できます。



講演
1

『人生100年時代を生き抜くために
～デジタルも味方につけよう～』

若宮 正子 先生 (ITエバンジェリスト／世界最高齢のプログラマー)

講演
2

『介護予防のはじめの一步
～ごぼう先生と一緒に身体を動かしてみよう～』

築瀬 寛 先生 (健康体操クリエイター)

講演
3

『シニアが拓く三方よしの地域づくり』

藤原 佳典 先生 (東京都健康長寿医療センター研究所 副所長)



視聴方法(視聴無料・申込不要)

※パソコン、スマートフォン、タブレット端末等で、

以下のURLまたは二次元バーコードよりアクセスしてください。

※視聴料は無料ですが、別途通信料がかかります。動画再生や視聴には大量のデータ通信を行うため、スマートフォンはタブレットでご視聴の場合はWi-Fi環境でのご利用を推奨します。

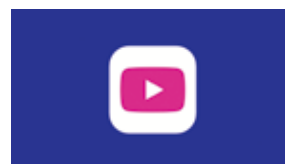
※この動画のDVDの頒布、貸出等はありません。

URL <https://douga.zensuiren.net/>

二次元バーコード



(アクセス先のホームページ
に動画が表示されます。)



動画中央のボタン
を押して再生して
ください。

