



## 第7回リフシア公開セミナー すべての人に「介護予防」を

～シルバーリハビリ体操～

茨城県立健康プラザ管理者 **大田仁先生**

2015年5月16日に第7回リフシア公開セミナーが行われました。当日は生憎の空模様でしたが茅ヶ崎商工会議所には約130名の方にお集まりいただき、太田先生にお話ししていただきました。日本は『はんばでない超高齢社会』に突入しました。大田先生はこの問題に対し「宿命は変えられないが、運命は変えられる」と力強く仰っていました。キーワードは【世のため、人のため、自分のため】の3ため活動です。体操や日頃の運動を通じて自分で自分を守る【自助】、ボランティアや社会活動を通じて人のために活動をする【互助】、地域のつながりが社会状況を豊かにしていく【共助】。この3ため活動によって『はんばでない超高齢社会』を乗り切ることができます。株式会社リフシアは今年度より『健康呼ぼう事業』を立ち上げました。介護予防を包括的に捉え、“呼ぼう”で人と人をつなぎ、最期まで人間らしくある【尊厳】を見つめながら、これからも心に寄り添って歩みを進めていきたいと思ひます。

健康呼ぼう事業担当 原田和巳

