

平成30年度 一般社団法人山梨県理学療法士会

公開講座

参加料
無料

介護状態にならないために、「まずは、ここから！」
～脳トレと体操で生涯現役を目指そう～



日時 平成31年

2月24日(日)

14:00～15:30
(13:30開場)



*無料「ロコモチェック」やります!

「ロコモティブシンドローム(略称:ロコモ、和名:運動器症候群)」とは…ロコモは筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態をいいます。

会場

山梨県立文学館講堂

(甲府市貢川1-5-35)

どなたでもご参加いただけます
直接会場にお越し下さい

* 文学館へ直接問い合わせることはお控え下さい。

講師

小久保 晴代 さん

(フリーアナウンサー、健康・防災・安全管理アドバイザー)

各種スポーツ実況をはじめ、レポーター、イベント司会、また、テレビ出演や雑誌への執筆など、幅広くご活躍中。健康管理士、運動指導士、防災士、船舶操縦士など数多くの資格を取得し、健康・防災・安全管理アドバイザーとして、活性・リラックスのための実技を交えた健康指導を行う。

《問い合わせ先》 一社) 山梨県理学療法士会 企画局公開講座部

担当: 上田 電話番号 0551-28-8821 (恵信梨北リハビリテーション病院内)

E-mail o-ueda@keishin-g.or.jp

一社) 山梨県理学療法士会HP <http://ypta.jp/>

主催: 一般社団法人山梨県理学療法士会

後援: 山梨県