

令和元年度 一般社団法人山梨県理学療法士会

公開講座

参加料
無料

ごぼう先生と楽しむ
大人の健康体操講座

日時 令和2年

3月22日(日)

14:00~15:30
(13:30開場)



*無料「ロコチェック」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
るいは複数の障害が起こり、「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。

問い合わせ先

一般社団法人山梨県理学療法士会 企画局公開講座部

担当: 上田 E-mail o-ueda@keishin-g.or.jp

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



講師

ごぼう先生

(大人のための体操のおにいさん)

ごぼう先生の由来は、介護の「ご」予防の「ぼう」。全国
300ヶ所以上、1万5000人のシニアの皆様の前で健康体
操で笑顔をつくる。普段は、喫茶店のようなデイサービス
「リハビリカフェ倶楽部」を運営している介護経営者。介護
界のアイドル=カイドルと呼ばれる。