

地域住民の憩いの場

フルーツバスケットの会



尼崎市大庄南地域包括支援センター

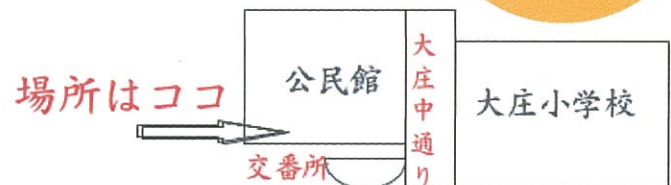
講演 大庄・武庫 生き活きリハライフ

「腰痛・膝痛がきっかけ??」

「ロコモティブシンドローム って何?」

腰や膝が痛くなると、体を動かす機会が少しずつ減っていきます。
そのまま放っておくと運動機能が徐々に低下し、
要介護や寝たきりになる危険性が高くなります。
このような状態を「ロコモティブシンドローム」といいます。
今回、私たち理学療法士が皆様にそうならないよう、
腰と膝の話や運動方法をまじえながら、
わかりやすくお伝えします。

参加費
200円



日時 11月20日(月) 午後1時30分～3時30分

場所 大庄公民館 3階 ホール

講師 医療法人純徳会 田中病院

理学療法士 酒井 勝

医療法人社団 武部整形外科リハビリテーション

理学療法士 田中 宏一

主催 フルーツバスケットサロンの会

代表 藤原征児 TEL 090-399-80-992

フルーツバスケットの会は参加、退出が自由な地域皆様の憩いの場です。

高齢者、体調が少し優れない人、家族を介護している方、認知症のことを理解したい方、
ここで楽しく過ごしながら遊びたい人、気楽に一度来てみて下さい。

この会の事を、詳しく知りたい方は下記へご相談下さい。

尼崎市「大庄南」地域包括支援センター TEL 06-6417-0125