

# 『子どもロコモ』をご存知ですか？

『子どもロコモ』って何？

あれ？ロコモって  
高齢者の事じゃないの？

コロナ禍で子どもの運動不足が心配...  
でも何をしたらいいのか？

「子どもロコモ」について県民の皆さんに広く知っていただきたく、「子どもロコモのチェックとトレーニング」を作成しました。

リハビリテーションの専門職である我々理学療法士が、そのチェックとトレーニングを解説付きで説明しています。

是非とも、お子さん・お孫さん・更にはご近所のお子さんにも実施していただき、ご活用いただければと思います。  
(無料でダウンロード出来ます)

※令和4年1月23日まで



詳しくは、

①右のQRコードを読み込んでいただくか

②「埼玉県理学療法士会」HPの「一般の方へ」のお知らせをご覧ください。



よろしければこちらからアンケートにご協力お願いいたします。

参考資料：子ども処方箋

(制作：埼玉県医師会学校医会運動器検診委員)

(監修：NPO法人 全国ストップ・ザ・ロコモ協議会)



公益社団法人 Saitama Physical Therapy Association

埼玉県理学療法士会