

令和6年度南部ブロック公開講座

「私と地域が元気になるために」 ～理学療法士が伝える介護予防（元気の秘訣）～

講師

倉林 泰士郎 氏（戸田中央リハビリテーション病院 理学療法士）

茄子川 知浩 氏（まちのリハビリ室 わらびベース 理学療法士）

世界保健機構（WHO）によると、健康とは「精神的に、身体的に、社会的に良好な状態」のことを言います。つまりは、ご自身が活動的に過ごすことはもちろん、友人との付き合いや社会参加について積極的になることが大切です。

埼玉県の健康寿命（要介護2になる平均年齢）は、男性 82.8 歳 女性 85.6 歳です。

いつもまでも皆さんが、住み慣れた町で活動的に過ごせるよう、地域で活動している理学療法士が、ココロとからだど、お付き合いについてお話いたします。奮ってご参加ください。

参加費：無料！

募集：100名

日時： 令和6年7月7日（日）
午前 9:50～11:20（受付開始 9:30～）

会場： 蕨市文化ホールくるる 多目的ホール

対象： 一般県民、介護予防に興味のある方

申込期間： 令和6年5月13日（月）～ 6月30日（日）

こちらの QR コードから
お申込みください。



または、メールにてお申し込み
ください。

koukaikouza2024@gmail.com

①氏名（参加者全員）、②人数、
をお送りください。

会場に駐車場はございません。公共交通機関でのご来場をお願い致します。

後援： 埼玉県・蕨市（予定）