

理学療法士からアドバイス 「シニア世代の健康的な体づくり」

リハビリテーションの専門職である理学療法士が、シニア世代の方に健康的な体づくりの方法と知識についてわかりやすくお話しします。骨や関節をいたわる方法やセルフケア、これからのけがや病気を予防するための取組みなどを通して健康長寿をめざしましょう。

6月13日(火)

10:00~11:30

講師

平野 孝行

名古屋学院大学リハビリテーション学部教授。

理学療法を専門分野として、運動器理学療法の効果进行研究し、地域での予防理学療法や健康増進活動を実践しています。

講義の対象

興味のある方ならどなたでも

定員

15名

受講料

1,000円