

講座No.
2604

全1回

呼吸のしくみと呼吸筋のはたらき ～いきいき暮らすために～

年齢とともに弱くなりがちな「呼吸の力」。この講座では、呼吸のしくみや呼吸筋（横隔膜・肋間筋など）のはたらきをお話します。呼吸と健康のつながりを知り、毎日の生活に活かせる呼吸法や体の整え方を一緒に考えていきましょう。

6月25日（木）

10:00～11:30

講師

赤木 充宏

名古屋学院大学リハビリテーション学部准教授。

理学療法士。内部障害領域の理学療法、とりわけ呼吸理学療法の教育に取り組んでいます。

講義の対象

興味のある方ならどなたでも。

定員

20名

受講料

1,000円