

市民公開講座

健康寿命をのばすコツ
動こう！歩こう！出かけよう！

2018年

9月2日(日)

13:30～14:30
(13:00開場)



入場無料

事前申し込み不要

入場者多数の場合入場を
制限させて頂く場合が
ございます。



『鬼石モデル』の筋トレでおなじみ

浅川康吉先生

首都大学東京 健康福祉学部
理学療法学科 教授

「暮らしを拓げる10の筋力トレーニング」
(群馬県地域リハビリテーション支援センター)より引用

会場

高崎市榛名文化会館エコー 大ホール
〒370-3345 群馬県高崎市上里見町1072-1

主催

群馬県理学療法士協会

後援

高崎市・群馬県地域リハビリテーション支援センター

第26回群馬県理学療法士学会 市民公開講座

健康寿命をのばすコツ

-動こう！歩こう！出かけよう！-

講演内容

理学療法士は医療や介護の場で病気、障害、虚弱などに対するリハビリテーションに取り組んでいる経験を生かし、その発生や重度化を防ぐための介護予防にも積極的に取り組んでいます。本講座ではその取り組みを踏まえて「健康寿命を延ばすコツ」として、高齢期に生じやすい動作能力低下や転倒事故の予防に役立つ体操とその効果的な実践方法を紹介させていただきます。

講師紹介

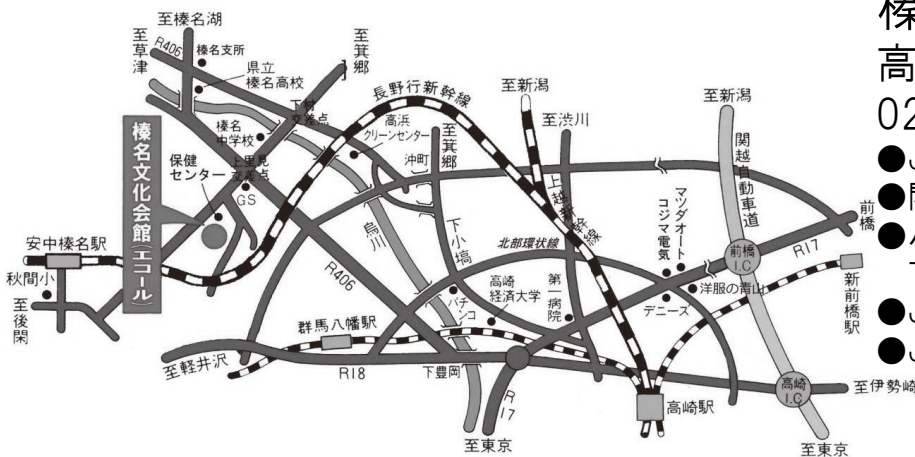
浅川康吉先生 首都大学東京 健康福祉学部 理学療法学科 教授

1964年生まれ。理学療法士(専門理学療法士(生活環境支援理学療法))、博士(医学)。1986年京都大学医療技術短期大学部理学療法学科卒業、1991年同助手、1998年東京都老人総合研究所看護・ヘルスケア部門研究助手、1999年群馬大学医学部保健学科助手、2007年同准教授を経て2015年より現職。

研究テーマは高齢者の寝たきり予防。特に地域リハビリテーションの視点から、転倒予防と運動機能トレーニングの研究に取り組んでいる。

群馬大学在籍中に藤岡市鬼石町住民主導型介護予防事業「鬼石モデル」における「暮らしを拓げる10の筋力トレーニング」の開発に携わっている。

会場案内



榛名文化会館 エコール
 高崎市上里見町1072-1
 027-374-5001(月、火休館)

- JR高崎駅より車で40分
- 関越自動車道、高崎IC、前橋ICより各45分
- バス、里見経由室田行にてエコール入口下車3分
- JR安中榛名駅より車で15分
- JR群馬八幡駅より車で15分

当日は第26回群馬県理学療法士学会との同時開催となっております。会場定員は500名となっておりますが、駐車場に限りがございますので可能な範囲でお乗り合わせにてご来場下さいますようお願い申し上げます。

お問い合わせ

第26回群馬県理学療法士学会 事務局 榛名荘病院 リハビリテーション部内
 〒370-3347 群馬県高崎市中室田町 5989
 TEL 027-374-1135 FAX 027-374-1139 Mail 26pt.gakkai@gmail.com