



第28回 群馬県理学療法士学会

## 市民公開講座

### 今日から始めるイキイキのコツ

いつでも！

どこでも！

ひとりでも！

# 参加費 無料

\*事前申し込み不要

\*十分な感染対策を  
講じて開催致します

講師：塩浦 宏祐先生  
(理学療法士)

榛名荘病院

リハビリテーション部  
兼 地域連携室 係長

会場

利根沼田文化会館 小ホール

〒378-0051 群馬県沼田市上原町1801-2

会期

2021年10月3日(日) 13:30～14:30(13:00開場)

# 第28回 群馬県理学療法士学会

**いつでも！ どこでも！ ひとりでも！**  
**今日から始めるイキイキのコツ**

## 講演内容

自宅で過ごす時間が増えた今だからこそ、いつでも、どこでも、ひとりでも始められる、運動や長寿のコツを理学療法士の目線からお伝えいたします。講演では運動の方法のみでなく、地域での関わりの重要性や健康寿命の延伸に向けた取り組みの方法についてお伝えいたします。ぜひ、奮ってご参加下さい。

## 講師紹介



塩浦 宏祐 先生 (理学療法士)

1987年生まれ、群馬県藤岡市出身、2020年群馬大学大学院修士課程修了。群馬県理学療法士協会 地域包括ケアシステム部 部長。介護予防推進リーダーやフレイル対策推進リーダーなどの資格を持つ。高崎市の榛名荘病院や介護老人保健施設あけぼの苑でリハビリテーションに関わる傍ら、ふれあい・いきいきサロンや長寿センターでの介護予防の講話にも積極的に参加されている。また、広域支援センターの中心メンバーとして健康情報紙やYouTube等を利用した動画配信を通し、健康や予防に関する情報の発信に努めている。

## 会場案内

利根沼田文化会館  
沼田市上原町1801-2  
0278-24-2935

- ・ 関越自動車道、沼田ICより5分
- ・ 沼田駅より車で10分



## 問い合わせ

第28回群馬県理学療法士学会 事務局  
沼田脳神経外科循環器科病院 リハビリテーション部門  
〒378-0014 群馬県沼田市栄町8番地

TEL 0278-22-5052 FAX 0278-22-5469 e-mail 28th.ptgakkai@kijokai.or.jp