

第
7
回

理学療法

フェスタ

オンデマンド配信

視聴無料

in ぐんま

開催日時

7/11(日)～7/18(日)

※上記期間内は24時間何度でもご視聴いただけます

申込方法

群馬県理学療法士協会ホームページからお申込みください

<http://gunma-pt.com/>

申込締切：6/30(水)

開催日前日までに視聴用URLをメールにてお知らせいたします



講演・実演



今日からできる!! コロナ禍での転倒予防!!

講師：村山 明彦 先生 時間：約1時間

新型コロナウイルス感染症の拡大予防のために、これまでのライフスタイルが大きく変化しました。このため、日々の運動不足を実感している方も多いのではないのでしょうか？日々の運動不足は、転倒のリスクを高めます。一方、適切な予防方法を実践すれば、転倒のリスクを軽減させることに寄与します。これらの内容を、最新の研究結果を踏まえて紹介します。また、実際に「転倒予防のためのエクササイズ」を体験していただきます。

＜略歴＞群馬医療福祉大学リハビリテーション学部 講師
博士（社会福祉学）、専門理学療法士（基礎・生活環境支援理学療法）、サルコペニア・フレイル指導士などの資格を持つ。また、日本転倒予防学会（評議員・学会誌編集委員）、ぐんま認知症アカデミー（幹事・書記）などを務める。2021年から現職。
研究テーマは、ヘルスプロモーション、介護予防（転倒予防・認知症予防・フレイル予防）。NHK 前橋放送協局「ほっとぐんま630」、NHK 松山放送局「ギュッと！四国」への出演経験もある。上毛新聞社 TAKATAI 編集室で転倒予防に関するコラムを連載中。

希望団体様へ
講演・実演 DVD を
無料プレゼント

※数に限りがございます

公民館・高齢者サロンや高齢者施設等の団体様にご活用いただけるよう、上記の講演・実演内容を収めた DVD を用意いたしました。地域の皆様に向けた活動にぜひお役立てください。希望する団体様はお申し込みの際に必要な事項の記入をお願いいたします。