



江古田の森 公開セミナー



テーマ
転倒予防
～身体づくりと
環境の注意点～

講師
理学療法士 野村孝寛

【セミナー紹介】

最近、つまづいたりちょっとした段差なのに足が引っかかる事が多くなった。

こんな症状はありませんか？

一番転倒が多いご自宅での環境設定や転倒予防のための体操を一緒に学びませんか？

※当日は体を一緒に動かします。動きやすい服装での参加がお勧めです。

日時

7/12(土)
午後2時～3時
(受付1時半～)

会場

江古田の森
7階コミュニティスペース

参加費

無料

お申込み不要、直接お越しください！

お問い合わせ

電話：03-5318-3711

メール：egota-reha@mt.strins.or.jp

担当：野村孝寛