

リハビリ広場

自分の身体について知ろう！

自分の体の状態を知ることは怪我や病気を予防するうえで重要です。
リハビリスタッフがあなたと一緒にチェックして、予防について紹介します。

広場①

「レッツ・骨粗しょう症予防～骨太な体を作ろう～」

平成 29 年 7 月 20 日開催

講師：理学療法士 四辻・吉田

広場②

「レッツ・コグニサイズ～歩くだけで認知症予防～」

平成 29 年 9 月 21 日開催

講師：作業療法士 田中・吉井

広場③

「レッツ・膝痛予防～体のメンテナンスしてますか～」

平成 29 年 11 月 16 日開催

講師：理学療法士 齊藤・逆井

広場④

「レッツ・ロコモ体操～寝たきり予防はコレで決まり～」

平成 30 年 1 月 18 日開催

講師：作業療法士 小林・川口

全日程とも
A棟 2階講堂にて
開催します
参加費は無料です

開催時間
10:30～11:30
(受付 10:15～10:30)

お問い合わせ
Tel: 0280-87-8111
リハビリテーション部 菅井、関口

茨城西南医療センター病院
リハビリテーション部

