

平成26年度リハビリ講座開催案内

日 程	内 容	講 師
平成26年6月20日（金）	ロコモティブシンドロームについて	理学療法士
平成26年7月18日（金）	脳を元気にする秘訣 ～シナプソロジーで若返り♪～	理学療法士
平成26年8月22日（金）	簡単エクササイズで筋力up！	理学療法士
平成26年9月19日（金）	生活習慣病対策の運動 ～実技もおこないます～	理学療法士
平成26年10月17日 （金）	腰痛対策 ～自分で治す簡単エクササイズ～	理学療法士
平成26年11月21日 （金）	膝痛に対する予防について	理学療法士
平成26年12月19日 （金）	肩こり解消！ ～生活の工夫とエクササイズ～	理学療法士
平成27年1月16日（金）	寝たきり症状とその予防体操について	理学療法士
平成27年2月20日（金）	転倒予防について ～転倒予防体操～	理学療法士
平成27年3月20日（金）	転倒予防について ～環境に対する予防方法～	理学療法士

開催場所：川島病院4階リハビリ室

開催時間：11:00～12:00

参加費：無 料

参加希望のある方は総合受付、リハビリ室スタッフ、
または、お近くのスタッフまでご連絡ください。