

リハビリテーション科 活動報告

平成27年11月26日 発行

今年は、西田原公民館・新光公民館にて転倒予防教室、安宅老人大学にて介護予防講習を開催しました。

西田原公民館



10/9に西田原公民館にて開催。

ストレッチ、デュアルタスクのお話をさせていただきました。



新光公民館

11/20に新光公民館にて開催。

食事バランスガイド、サーキットトレーニングなどのお話をさせていただきました。



安宅老人大学



10/19に安宅老人大学にて開催。

デュアルタスク・骨盤底筋体操についてお話させていただきました。



これからも川崎町住民の皆様が健康で元気に過ごせるように、私たちは今後も地域の取り組みを行っていきます。