

第1回地域セミナー



無料

日時：平成30年5月23日

14時~15時

テーマ：運動教室

-転倒について考える-

人間は加齢とともに、筋力の低下や、歩行障害、視力の衰えなどさまざま要因が重なり、バランスを保ちにくくなっていきます。また、病気や服薬によって転倒するリスクがさらに高まります。高齢者やその家族にとって、転倒は寝たきりにつながる重大な事故になりかねず、その危険性を前もって知って、対策をしておくことが大切です。今回は高齢者の転倒リスクと予防法についてご紹介します。

浅春の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、当院では左記のとおり地域セミナーを開催いたしますのでご案内申し上げます。今回より「生活習慣病教室」から「地域セミナー」へと名称の変更をいたしまして、運動教室を中心に開催していく予定としております。ご多忙中とは存じますが、是非ご参加いただきますようお願い申し上げます。

〒650-0004

兵庫県神戸市中央区中山手通

7-3-18

TEL:078-351-2225

<http://www.kobe-mariners.or.jp/>

【交通アクセス】

- ◆神戸市営地下鉄「県庁前」駅下車、徒歩8分
- ◆JR神戸線「元町」駅下車、徒歩15分

