

主催：公益社団法人 茨城県看護協会

【まちの保健室】

転倒・膝痛予防体操を学ぼう！

国の調査では多くの方が自宅で最後まで生活をしたいという調査結果があります。しかし、思わぬ転倒による骨折や加齢に伴う認知症状の悪化などにより入院や施設入所を余儀なくされ、住み慣れた自宅での生活が難しくなってしまう方がいます。今回はその様なことにならないよう、普段の生活の中でも行える転倒や膝痛予防のためについて体操を学びましょう。

開催日時：令和8年7月11日（土） 14:00～17:00

※13:30から受付を開始します

会場：結城病院 リハビリテーション室

テーマ：転倒・膝痛予防体操を学ぼう！

講師：千葉 哲也（大圃病院 リハビリテーション科長）

対象者：市民の方、医療・介護・福祉・行政関係者

参加費：無料

定員：60名

※当日の持ち物、服装：①タオル

②動きやすい服装



申込フォーム2次元コード

【申込方法】 右の2次元コードもしくは申込フォーム
<https://forms.gle/dcUYJXuq293bmhuf6>、
裏面のFAXよりお申込みください。

【申込締切】 令和8年7月8日（水）
※多くの参加申込を予測しております。早めにお申し込み下さい。

【ご注意】 感染症対策のため、当時は検温させていただきます。また、必ずマスクを着用ください。

【お問合せ】 医療法人杏仁会 大圃病院 担当：看護部長 富加見（ふかみ）
電話：0296-37-3101（代）
FAX：0296-37-7115（直通）

FAX 送付先：大圃病院 看護部長室（FAX：0296-37-7115）

〔11/7（土）に協和中央病院、来年3/13（土）に大圃病院でも同様の企画を行う予定です。〕

【 公益社団法人 茨城県看護協会 主催 】

ま ち の 保 健 室

転倒・膝痛予防体操を学ぼう！

参 加 申 込 書

(ふりがな) お名前	ご所属	携帯電話番号 もしくは電話番号	移動の状況
() _____	1. 市民の方 2. 医療・介護・福祉関係者 ※所属名 ()	携帯電話： _____ 電話番号： _____	1. 杖なし歩行 2. 杖あり歩行 3. 車椅子 4. その他 ()
() _____	1. 市民の方 2. 医療・介護・福祉関係者 ※所属名 ()	携帯電話： _____ 電話番号： _____	1. 杖なし歩行 2. 杖あり歩行 3. 車椅子 4. その他 ()
() _____	1. 市民の方 2. 医療・介護・福祉関係者 ※所属名 ()	携帯電話： _____ 電話番号： _____	1. 杖なし歩行 2. 杖あり歩行 3. 車椅子 4. その他 ()

※同時に 4 人以上のお申し込みをされる方は、2 枚以上に分けてお申し込みください。