

埼玉みさと総合 リハビリテーション病院 協働事業



「(C) 三郷市2009」

「リハビリ病院の先生から学ぼう！」

共通

会 場：北公民館（瑞沼市民センター内）

申込み：4/25（金）～実施日前日まで

電話または市のホームページよりお申し込み下さい。

※電話：9時～17時（申し込み順）

16歳以上・各30名

6月14日
（土）

①「熱中症～仕組みと対策～

水分の正しいとり方」

10:00～11:00

講師：派遣講師



①、②どちらかのみのも
参加も可能です！

6月21日
（土）

②「理学療法士による歩き方」

10:00～11:00

講師：理学療法士 阿久津 俊祐先生



①②終了後「フレイルチェック」（参加は自由です。）

11:00～11:30

理学療法士による、フレイルチェックを行います。握力測定など、その都度異なる内容の測定を行います。ご自身のフレイルに気づききっかけづくりとして、ぜひご参加下さい。

申 込 先
問 合 せ

三郷市立北公民館
〒341-0004 三郷市上彦名870
TEL:048-957-0253

二次元コード
詳細はこちらから↑

