

「のびのび広場」健康講座



第2回

転倒防止と

介護・福祉用具の使い方

日常生活で転倒しそうになり、はっとしたことはありませんか？
最悪なケースでは転倒によって骨折し、それが原因で寝たきりになるケースも少なくありません。
転倒防止について理学療法士がご説明します。



● 講座の内容

- ・ 転倒すると身体に何が起きるのか
- ・ どうして転倒するのか
- ・ 転倒予防には何をしたら良いのか
- ・ 歩行補助具の正しい使い方
- ・ 身体や機能に合った歩行補助具の選び方



講師

高田整形外科病院
理学療法士
伊地知 健氏

参加費：無料

定員：30名
※先着順

● 日 時：2024年 **11月28日**（木）
午前10：00～11：30



● 場 所：野火止五～八丁目高齢者相談センター 会議室
（新座市野火止6-16-15 ウェルシア新座野火止店2階）
* 受付と待合室は、同店1階ウエルカフェとなります。

● 申込み：申込不要、当日会場までお越しください

【問合せ】新座市社会福祉協議会 生活支援コーディネーター中田
TEL：048-480-5705

共催

- ・ 新座市役所福祉政策課
- ・ (社福) 新座市社会福祉協議会
- ・ 野火止五～八丁目高齢者相談センター
- ・ 北部第一高齢者相談センター
- ・ 北部第一圏域協議体
- ・ 地域ボランティアK1
- ・ 訪問看護ステーションつくし
- ・ 高田整形外科病院
- ・ ウェルシア薬局(株)
- ・ (一社) 日本医食同源研究所