湯河原町　　記者発表資料

令和８年 10 月 13 日
湯河原町介護課

フレイル予防講演会について

令和8年度フレイル予防講演会を開催いたします。
「フレイル予防の重要性について」「膝痛・腰痛対策について」教えます！一緒に学び、一緒に実践しましょう。

1　日　時　　令和8年 11 月4日（水）　9:30～11:30　（9:20開場・受付）

2　場　所　　湯河原町防災コミュニティセンター　205会議室

3　内　容　　講座　　フレイル予防の重要性について
　　実践　　腰痛・膝痛対策について

4　講　師　　神奈川県理学療法士会　副会長
　　神奈川県フレイル予防上級トレーナー　露木　昭彰氏

5　対　象　　町内に在住、在勤の方　60名

6　申込み　　電子申請または介護課へ電話

お問い合わせ先
湯河原町介護課　高齢者福祉係　　内野
（電話）0465-63-2111（内線）345
（FAX）　0465-64-2194
（E ﾒｰﾙ）hokenka@town.yugawara.kanagawa.jp