「フレイル予防の重要性・意識向上の講演会」膝痛・腰痛対策教えます！一緒に学び、一緒に実践しましょう。　※参加費無料

フレイル予防講演会

この講演会では、いつまでも元気な体と心で生活するためのヒントをお伝えします。

開催日時

令和８年 **11** 月 **4** 日（水）　9 時 30 分～11 時 30 分

内　容

- フレイル予防の重要性について
- 膝痛・腰痛対策について

【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
（有）足柄リハビリテーションサービス　代表取締役　**露木　昭彰** 氏



講師プロフィール

神奈川県開成町出身。

神奈川県総合リハビリテーションセンターを経て、2001 年に足柄リハビリテーションサービスを設立。「地域作りと住民の活性化こそが本当のリハビリ」との考え方のもと、誰でも住みやすい地域を作るために走り続ける。

会　場

防災コミュニティセンター
２階 205 会議室

定員・対象

60 人（申込制・先着順）
町内に在住・在勤の方

お申込は、10 月 1 日～開始

湯河原町介護課（直接電話または、Web で申込）

電　話　0465-63-2111（内線 345）