

第2回

# 教えて！あさか医療センター！

テーマ：「今日から始める転倒予防」

介護が必要となる原因でもある“転倒・フレイル”をテーマにした講座です。「転倒してしまう原因」「転倒予防体操」を皆さまにレクチャーします！一緒に身体を動かしましょう😊

7  
月  
22  
日  
(土)

日直  
リハビリテー  
ション部



講師  
TMGあさか医療センター  
リハビリテーション部  
作業療法士 北村 啓太

## 転倒・フレイルとは？

年齢とともに心身の機能や活力が低下し、周りの変化などに対応しにくくなる状態で、転びやすい状態のこと

参加費  
無料

定員30名  
予約制

はじめよう！  
転倒予防  
体操

日時：7月22日(土)14:00～15:30 (受付時間13:30～)

会場：TMGあさか医療センター7Fスカイホール

申込方法：▪ 右記QRコードより申し込み →  
▪ 地域医療連携課までお電話



ご案内：当日は「1F紹介窓口6番」で受付後、7Fにお進みください 

▶ご予約・お問い合わせ TMGあさか医療センター 地域医療連携課  
0570-07-2055 (9:00～17:00) ナビダイヤル⑥番をご選択ください