

フレイル予防とまちづくり

山北町の自然と人を活かしたフレイル予防

山北町は、神奈川県西部に位置し、緑深い丹沢の山々に抱かれ、さわやかな風が吹き抜け、森林と水が豊かな町です。

この講座では、フレイル予防の基本となる「食」「運動」「社会参加」の重要性と山北町の自然と人を活かしたフレイル予防の実践とまちづくりについて学びます。

12月8日（金） 14時～16時（受付13時30分～）

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

<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

山北町立生涯学習センター 3階視聴覚ホール
足柄上郡山北町山北1301番地4

参加費

無料

申込み

申込 HPからのWeb申し込み、または、申込書をメールかFAXにて事務局まで。
定員 30名（先着順）
問い合わせ先：一般社団法人かながわ地域振興会事務局
電話：0465-20-3876 FAX：0465-20-3847
eメール：info@kanagawa-tiiki.jp

◆主催◆ 一般社団法人かながわ地域振興会