

のばせ！健康寿命



総合司会 竹澤 健先生（竹澤内科小児科医院院長）
開会あいさつ 柳澤 衛先生（柳沢活道ヶ丘診療所院長）

入場無料

プログラム1

「いつまでも健康で暮らすために～フレイルを克服しよう」

講師：医療法人 伊左治医院 伊左治 友子先生

プログラム2

「若返り体操 体力、筋力アップ！！」

～柔軟性・俊敏性も高めよう～

講師：京都山城総合医療センター リハビリテーション科 理学療法士
学研都市病院 リハビリテーション科 理学療法士

※カラダを動かしやすい服装でお越しください

閉会あいさつ 三沢 あき子先生（京都府山城南保健所所長）

2020年1月18日（土）

開場 13：30

開始 14：00～16：00

会場

南山城村文化会館 やまなみホール

南山城村大字北大河原小字久保8

※申込不要

※南山城村・和束町・笠置町からは送迎あります（別途申込必要です）

お問合せ 医療法人 伊左治医院 0743 (95) 2031

主催：一般社団法人相楽医師会 この事業は南山城村・和束町・笠置町・木津川市・精華町の委託事業です。

共催：きづがわねとし（山城歯科医師会・相楽薬剤師会・相楽認知症のひと家族の会・京都府介護福祉士会・京都府老人福祉施設協議会・京都府介護支援専門員会・山城南園地域リハビリテーション支援センター・相楽栄養士研究会・相楽訪問看護ステーション連絡協議会・木津川市・相楽郡地域包括支援センター）・京都山城総合医療センター・精華町国民健康保険病院・学研都市病院・京都府山城南保健所