【主催】（公社）大阪府理学療法士会、【運営】四條畷市交野市理学療法士会
【協力】四條畷市、【後援】交野市

市民公開講座

参加無料

◇転ばない体のつくり方◇
理学療法士が教える
転倒予防のコツ!!

【講師】山田（やまだ） 和央（かずひさ） 氏
介護老人保健施設パークヒルズ田原苑
地域認定 理学療法士

令和8年
11.22 日
10:00▶12：00
（9:30 開場）

会場 四條畷市市民総合センター 1階 展示ホール

- あなたの転倒リスクをチェック！
- 転びやすい原因と、その予防法
- バランス力アップのコツ！
- つまずきを防ぐ体の使い方
- 痛みとうまく付き合う方法
- 自宅でできる簡単運動！！

会場に理学療法士による相談コーナー設置 ◎
お気軽にご相談ください！！

参加・お申し込み方法
①電話・FAX・インターネットでの事前お申し込み。
②当日,会場でのお申し込みでもOK◎ ※詳細は裏面▼

なわぽ

★本講座は健康プログラム事業『なわぽ』の対象です。
詳しくはホームページをご覧ください。

11/22（日） 市民公開講座

受付担当：パークヒルズ田原苑　中井

参加申込書

FAX：0743-78-8599

（ふりがな） お 名 前：　　（　　）歳　　男・女
ご住所：　〒（　　－　　） 市
お電話：（　　）－（　　）－（　　）

電話☎：0743-78-9499

◇　インターネットでお申込みの場合
スマートフォンカメラで左のQRコードを読み込み
必要事項入力の上ご送信ください

① カメラを起動！！
↓
② 表示された
インターネット先で
お申し込み！



FAX：0743-78-8599