こまえ市民大学

第 496 回

リハビリ科医と考える、介護予防と医療・介護との付き合い方

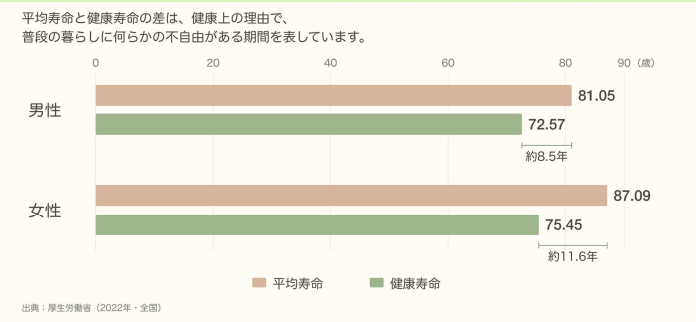
～いつまでも元気に、自分らしく暮らすため～



講　師　木下 翔司さん

慈恵医大西部医療センター　リハビリテーション科診療部長

東京慈恵会医科大学リハビリテーション医学講座准教授、西部医療センターリハビリテーション科診療部長。2012 年、同大学医学部卒業。各地の病院でリハビリテーション診療に従事し、厚生労働省で高齢者リハビリテーション推進官、保険局医療課課長補佐を歴任。日本リハビリテーション医学会専門医・指導医。





こまえ市民大学

介護が必要になる原因と、歩行や筋力を保つ運動、日々の健康管理を紹介します。後半は具体的な事例を通じて、医療・介護を活用し、外出や家での生活を続けるための工夫を考えます。

令和８年12 月 12 日(土)　午後2時～4時

会場　こまえみらいテラス　中央公民館　２階　講座室

定員 50 名　　受講料:200 円(高校生以下無料)

令和8年 11 月 18 日(水)午前 10 時から申込開始

電話・窓口・または右の二次元コードから Web にて
申込・お問合せ　中央公民館　☎03-3488-4411
【休館日(第1・3火曜日)除く午前9時～午後5時】

web 申込

主催:狛江市教育委員会(狛江市立公民館)　　企画・運営:こまえ市民大学運営委員会