

“歩く健康づくり”

第10回メディカルフィットネスセミナー

歩く人は元気で長生きできます。そこで、第10回セミナーテーマを『歩く健康づくり』とし、どこでも気軽に取り組むことができる“歩くこと”について学びます。

講師には、主に高齢者を対象とした『歩く人。』のプログラムで全国各地を飛び回っているOVAL HEART JAPANの土井龍雄先生、佐藤真治先生、大西一平先生を招待します。また、健康運動指導士、理学療法士の発表もあります。皆様のご参加をお待ちしております。

平成28年

日時

11月19日(土)

10:00～16:25

場所

熊本機能病院

南館2階大ホール

〒860-8518 熊本市北区山室6-8-1

TEL 096-345-8113 内7532

料金

一般:6,000円(税込)

学生:3,000円(税込)

お申込みは、熊本健康・体力づくりセンターの
ホームページ

<http://medicalfitness-kumamoto.com/>まで

Program

①午前の部(10:25～12:45)

・「要支援者の歩行について」

医療法人社団寿量会 清雅苑 理学療法士 赤瀬諒市

・「70歳からの身体活動量向上について」

熊本健康・体力づくりセンター 健康運動指導士 山下亮

・「歩く健康づくりのエビデンス」

大阪産業大学 スポーツ健康学科 教授 佐藤真治

②午後の部(13:15～16:20)

・「歩く人。」の育て方-正しく歩くを学ぶ-

OVAL HEART JAPAN

代表 大西一平

ダイナミックスポーツ医学研究所

副所長 土井龍雄

大阪産業大学 スポーツ健康学科 教授 佐藤真治

健康運動指導士、健康運動実践者指導者の単位(講義2.0単位・実習3.1単位)ができます

・主催:

熊本機能病院併設 熊本健康・体力づくりセンター

・協賛:

大塚製薬株式会社

メディカルフィットネスセミナー事務局

医療法人社団寿量会 熊本機能病院併設

熊本健康・体力づくりセンター

〒860-8518 熊本市北区山室6-8-1

TEL 096-345-8113 FAX 096-345-8188