

2014 年度  
第 4 弾

# NPO 法人コンディショニング・ラボ 主催 未来キャンパス スキルアップセミナー



コンディショニング・ラボは、子どもから高齢者まで各年齢層に応じたトレーニングや機能訓練を事業として行い、地域住民の基礎体力向上、健康の保持増進、介護予防に寄与することを目的として設立された NPO 法人です。

このセミナーは介護・福祉・医療・体育に携わるいろいろな職種の方々が、ともに学び、ともにスキルアップをめざす研修の場として開催しています。

2014 年度のセミナーテーマは、「サクセスフル・エイジング（健康寿命）」とし、いつまでも健康で長生きをテーマといたしました。4 回目は、「ロコモティブ・シンドロームの予防と対策」と題して行われます。今回の講師である湯川直紀先生（理学療法士）は、リハビリ特化型小規模多機能施設「いこいの家 26」を運営されています。要介護リスクが高いとされるロコモティブ・シンドロームについて、その定義や原因等について講義し、実際の予防のための運動方法や対策方法について、実演を交えて研修して下さいます。

この機会にぜひご参加くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

## テーマ：ロコモティブ・シンドロームの予防と対策

— 筋肉・栄養・認知症 —

講師：株式会社ライフケア創合研究所 代表取締役 湯川 直紀 先生

日時：平成 26 年 9 月 21 日（日）

開始 10 時～12 時（開場 9 時 45 分）

会費：2,500 円

会場：木津川市西部交流会館

Tel 0774-73-6888

木津川市相楽高下 4-9（JR 西木津駅徒歩 5 分）

※駐車スペースが少ないため、公共交通機関をご利用下さい。



申込先：c.lab.mirai@gmail.com Eメールにてお申し込み下さい。

（お名前、ご職業、ご連絡先を明記してください）

◎ 当日の参加も受け付けております。

コンディショニング・ラボ ホームページ <http://www.kinet-tv.ne.jp/~conditioninglab/>

facebook <https://www.facebook.com/conditioninglab.kyoto>



フェイスブック