

令和8年2月の健康教室 開催いたしました

日常生活をより良く過ごすために
ころばぬ先の杖 転倒防止
リハビリテーション科

地域の皆様 ご参加ありがとうございました



計21名の方に
ご参加いただきました。

はじめての方3名も参加がありました。
転倒のメカニズムから
転倒予防のトレーニングまで
楽しく説明していただきました。
転ばぬ先の杖として生活に役立つ内容でした。



参加されたみなさんの声

- ・いいトレーニングを教えてもらって
やってみようと思いました。
- ・転ばないよう気をつけていますが、
改めて大切だと思いました。
- ・実演があつて面白かった。
- ・転ばないよう気をつけて
日々を送りたいと思っています。



次回 健康教室のご案内

令和8年3月13日(金)14時 会議室
倒れた人を目のあたりにしたらどうする？
発見時、そして心臓マッサージと
AEDの使い方まで教えます！

看護部

