

平成30年度 かぞくかいごきょうしつ  
**家族介護教室**

『**腰痛予防教室**』



～腰痛について学ぼう！話そう！～

**参加は無料!**

介護者にとって悩みの一つ“腰痛”  
 そんな腰痛についての予防法や  
 対処法をわかりやすく学びましょう

**日時：平成30年8月24日(金)**



受付 **18:30**

講演・実技 **19:00~20:30**



場所：大野木場団地集会場 (南島原市深江町丙1892-4)

内容：腰痛のメカニズム、腰痛を防ぐ介助法  
 腰痛軽減の為の体操

講師：社会福祉法人山陰会 理学療法士 長谷川由紀 やまぼうし 堀部・近藤・長谷川

参加者：雲仙市、南島原市、島原市に在住の方 (定員20名様程度)

※この家族介護教室は、島原地域広域市町村圏組合介護保険課からの委託事業です。

参加申込：参加ご希望の方は、電話かFAXで  
 「ケアプランセンターやまぼうし」へお申し込み下さい。



TEL: 090-3883-8061 FAX: 0957-73-6019

お問い合わせは「ケアプランセンターやまぼうし(西有家町里坊50-1)」まで

----- 切り取り線 -----

平成30年8月24日「腰痛予防教室」申込書

☆応募者多数の場合はご相談させていただきます。  
 ケアプランセンターやまぼうし(堀部・近藤・長谷川)まで

お名前	(フリガナ)	電話番号	ご年齢
			歳
ご住所	〒 - 市		
お名前	(フリガナ)	電話番号	ご年齢
			歳
ご住所	〒 - 市		