



知って備えよう！

加齢で困難になる日常動作

簡単リハビリと対処法



「最近、つまづくようになった」、「ペットボ
トルの蓋が開けづらくなった。」など年を重ね
生活の中で感じるさまざまな変化。
徐々に起きる全身の変化とその原因を認識し、
身体の機能を維持する力をつけることが必要で

す。講座では、身体のメカニズムを熟知してい
る理学療法士が日常生活につながる簡単にでき
るストレッチと、生活を補い助ける対処法をご
紹介！よりいっそう快適に生活できるコツを学
んでみませんか。

日時 6月12日(水) 14時～16時 ※受付13時45分～

会場 鶴川市民センター 2階ホール (町田市大蔵町1981-4)
【バス】神奈中バス「鶴川市民センター前」下車 徒歩1分
【車】第2駐車場、第3駐車場(横浜銀行前)をご利用ください。
※地下駐車場はご利用いただけません。

講師 理学療法士 柳澤 翔太 (やなぎさわ しょうた)

お申込み・お問合せ

鶴川サナトリウム病院 地域医療連携室

TEL 042-737-1257 / FAX 042-735-2264



6.12 水

開催

FAX申込書

第33回 市民公開講座

知って備えよう！加齢で困難になる日常動作 ～ 簡単リハビリと対処法 ～

▼お申込み/お問い合わせはコチラ▼

鶴川サナトリウム病院 地域医療連携室

TEL ▶ **042-737-1257**

FAX ▶ **042-735-2264**

お電話、もしくはFAXにてお申込み下さい。

・FAXの場合は下記に①氏名と②電話番号を記入してお送りください。

・お電話による受付時間は、平日 9:00～17:00 / 土曜 9:00～12:00（日祝休み）です。

①氏名	
②電話番号	

※ 申し込み締め切りは、6月11日(火)です。

- ・施設には駐車場がございませんので、公共の交通機関をお使いになるか、近隣のコインパーキングをご利用ください。

鶴川サナトリウム病院 市民公開講座とは・・・

当院が持つ医療の知識を地域に開放し、医療や病状への正しい理解を深めていただき、地域の方々の健康増進、疾病予防及び当院スタッフと地域の方々との交流を深めることを目的としています。
毎回テーマを定めて、その領域を専門とする医師を始めとした医療専門職が講演を行います。

個人情報の取扱いについて

鶴川サナトリウム病院は、市民公開講座参加者の個人情報の収集、利用等の取扱いについて、業務上必要な範囲で適法・公正な手段によって収集し、目的の範囲内での利用を行います。
今講座のお申し込みの際にご提出いただいた個人情報について、参加者からのお問い合わせ対応や、参加者との間の連絡のため等、必要な範囲で利用させていただきます。
その他、将来、より良いイベント・企画ための分析（アンケートやご意見ご感想の提供のお願い等）やイベント・企画のご案内等をお届けするために、個人情報を利用させていただくことがあります。

主催

鶴川サナトリウム病院 地域医療連携室
[東京都町田市真光寺町197] 042-735-2222(代表)