

10年後も自分らしく 元気に暮らすために

来場者
プレゼントあり

～フレイルチェック・運動・食事で学ぶフレイル予防～

講演内容

- ◆フレイル予防の話
- ◆フレイルチェック
- ◆栄養、心不全の話
- ◆セルフトレーニングの紹介
- ◆運動の実技 など



日時

2026.11.5 (木)
午後2時～3時30分
(午後1時30分開場)

名古屋市立大学
医学部 保健医療学科

かとう みちたか

教授 **加藤 倫卓** 氏

会場

i-ビル(尾張一宮駅前ビル)
7階 シビックホール
※ i-ビル駐車場は有料です。

○プロフィール

名古屋市立大学医学部保健医療学科にて、心疾患患者のリハビリテーションを専門に研究している。

また、高齢者の運動機能や介護予防についても幅広く研究し、健康づくりや効果的な運動療法に関する知見を有する。

定員

先着 150名
(市内在住・在勤・在学の方)

資格

- 理学療法士免許
- 心臓リハビリテーション指導士
- 専門理学療法士(内部障害)
- 心不全療養指導士
- 集中治療理学療法士

申し込み

2026年10月1日(木) 午前9時から
電話または下記URL(電子申請)
にてお願いいたします。

<https://logoform.jp/form/Z3LR/1770606>



簡単な体操を実施します。
動きやすい服装でお越しください。