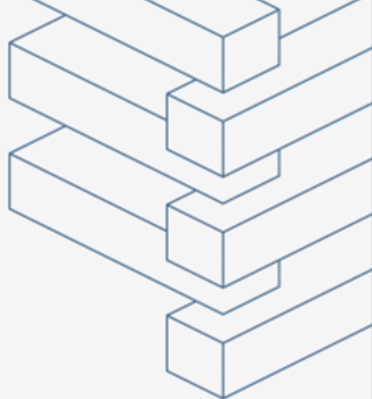




◆ 災害への備え・身体トラブルを予防する

災害時フレイル・ 血栓予防講習会

令和 7 年 3 月 27 日（木）開催
14:00～16:00（開場：13:30）

開催場所：練馬区役所本庁舎20階 交流会場

講師：東京都理学療法士協会 練馬区支部 災害リハ担当／山柴恵氏 他

定員：40名（先着順）

応募締切：令和7年3月14日（金）17：00まで

応募方法：電話・FAX・メール（下記お問い合わせまでご連絡ください）

必要事項：FAX・メールで応募の方は、以下事項をご記載し応募ください

①講習会名②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥FAX番号またはメールアドレス（ある方のみ）

※軽い体操などを織り交ぜた講習会ですので、動きやすい服装でお越しください

「講習の内容」

災害時は、特殊な環境下によって
“フレイル=虚弱” のリスクが
急速に高まり、健康が脅かされます。

- 今からできる準備を
理学療法士の視点でお伝えします
- 自力で避難が難しい方への対策
についても練馬区からお伝えします



お問い合わせ

練馬区 福祉部 管理課 福祉防災・システム係

TEL：5984－1337 FAX：5984-1214

メール：TIIKIFUKUSHI16@city.nerima.tokyo.jp