

令和7年度



社会医療法人 寿楽会 大野記念病院

健康セミナー

無料
開催

第10回 演目

転倒予防

～一緒に考えてみませんか？
転びにくい環境づくり、転びにくい身体づくり～



講師

リハビリテーション部主任
赤壁 理学療法士



前より歩くのが不安になってきた…



足腰を鍛えたいけど、
何から始めたらいいの？



転ばないために、
家でできることってあるの？

家の中で、つまずいたり転びそうになったことはありますか？

「少し転んだだけだから大丈夫」と思っているも、たった一度の転倒が骨折や入院、まさかの寝たきりにつながることも…!?

これからも長く元気に過ごすために、家の中の危険な場所や、転びにくい環境づくり、転倒予防につながる運動について、一緒に考えてみませんか？

開催
日時

2026年

1月24日 土
10:00-11:00

開催
場所

大野記念病院 東向
コスモ第三ビル5階



お問い合わせ先

社会医療法人 寿楽会

大野記念病院 患者総合支援センター

☎ 06-6531-0819

受付時間 / 平日 9:00-19:30 土曜 9:00-13:00



どなたでもお気軽にご参加ください！

令和7年度

健康セミナー

今から 健康を 考えませんか？

予約
不要

参加
無料



専門職のスタッフがあなたの健康をサポートします！
健康に関する知識を深め、より充実した生活を手に入れましょう！

時間 10:00～11:00 場所 大野記念病院 東向 コスモ第三ビル 5階

第1回 4.26 土 管理栄養士 済

これからの健康寿命を延ばしましょう
～食事でフレイル予防～

第7回 10.25 土 内科医師 済

ご存知ですか？関節リウマチの最新知識

第2回 5.24 土 薬剤師 済

あなたはお薬をいくつ飲んでいますか？
～お薬の多剤併用（ポリファーマシー）について～

第8回 11.22 土 薬剤師 済

その痛み止め、本当に大丈夫？
～薬の正しい使い方を知ろう～

第3回 6.28 土 診療放射線技師 済

ご存知ですか？～MRI検査について～

第9回 12.20 土 看護師 済

冬も水分摂取をしましょう

第4回 7.26 土 臨床検査技師 済

あなたの血管年齢は？～ABI検査について～

第10回 1.24 土 理学療法士

転倒予防 ～一緒に考えてみませんか？
転ばない環境づくり、転ばない身体づくり～

第5回 8.23 土 理学療法士 済

肩こりの予防・改善 ～肩甲骨運動～

第11回 2.28 土 診療放射線技師

ご存知ですか？造影検査について

内容が変更となりました

第6回 9.27 土 管理栄養士 済

最近、食が細くなっていますか？
～低栄養を防ぐ食事のコツ～

第12回 3.14 土 看護師

認知症について

お問い合わせ

社会医療法人寿楽会

大野記念病院 患者総合支援センター

Tel.06-6531-0819

電話受付時間

平日 9:00-19:30 / 土曜 9:00-13:00