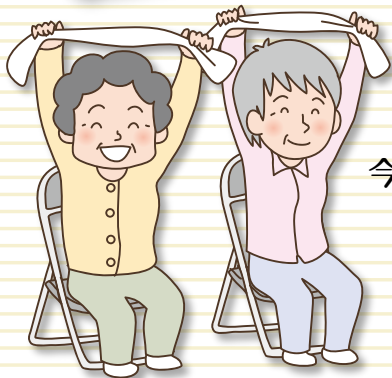


# 運動をして健康寿命を延ばそう!



健康寿命とは、心身ともに自立し、健康的に生活できる期間とされています。

今回、地域で活動している作業療法士が、明日からできる運動や日常生活での工夫など紹介いただき、皆様の健康寿命を延ばすお手伝いをさせていただきます。

一般地域住民の方、医療福祉関係者の方等、ご興味がありましたら是非ご参加下さい。



## 講師



### 【講演Ⅰ】

「運動を通じて健康寿命を考える」

～家庭でできる介護予防体操～

西山脳神経外科病院 作業療法士

遠山 和倫 氏

香川県作業療法士会 教育部

先着  
100名様

参加費  
無料



### 【講演Ⅱ】

「目を鍛えて、より良い生活を送ろう」

～ビジョントレーニングを体験～

創心会リハビリ倶楽部高松中央 作業療法士

若林 佳樹 氏

香川県作業療法士会 理事



平成28年 **11/13**(日)

日時

受付／ 9:30～ 講演／ 10:00～12:00

場所

香川県立文書館視聴覚ホール ※無料駐車場有

香川県高松市林町2217番地19 TEL:087-868-7171

対象

香川県在住でテーマに興味のある方、医療福祉従事者等  
※事前の申し込みは不要ですが定員を超える場合は先着順となりますのでご了承下さい。

主催

一般社団法人 香川県作業療法士会

### 【お問い合わせ先】

三豊市立西香川病院 診療部 リハビリテーション科  
作業療法士：山下正浩、森一祥  
〒767-0003 三豊市高瀬町比地中2986-3  
TEL:0875-72-5121 FAX:0875-72-2192