

## 理学療法士による健康教室 開催要項

- 1 主 催 滋賀県立障害者福祉センター
- 2 目 的 理学療法士による専門的な立場からアドバイスタイム水中歩行の参加者に水中での動きを補うためのストレッチや水中ではできない動きやリハビリの指導・助言を行うことで継続的にリハビリに取り組める一助とする。
- 3 指 導 者 各日、理学療法士2人(池谷PT・小嶋PT・井上PTで交代予定)
- 4 開 催 日 令和3年1月6日(水)・令和3年1月20日(水)・令和3年2月3日(水)
- 5 開 催 時 間 13時15分から14時30分まで
- 6 内 容
- |       |             |
|-------|-------------|
| 1月6日  | ストレッチ       |
| 1月20日 | ボールを使って体幹強化 |
| 2月3日  | 歩行・起居動作の強化  |
- 7 会 場 当センター 小アリーナ
- 8 対 象 者 アドバイスタイム水中歩行の参加者
- 9 募 集 定 員 15人まで(先着順)
- 10 費 用 受講料は無料
- 11 申 込 方 法 事前の申し込みはおりません。  
施設利用の受付をして開催時間までに小アリーナにお越しください。
- 12 そ の 他
- ・新型コロナウイルス感染対策としてマスクの着用・センター入館前に体温測定、体調チェック、手指消毒をお願いします。(発熱や風邪症状、濃厚接触者等に該当する場合は入館をお断りします。)
  - ・高齢者、糖尿病、心疾患、呼吸器疾患等の基礎疾患のある人や透析を受けている人、免疫抑制薬や抗がん薬を用いている人は重症化するリスクが高いと言われています。参加については、主治医と相談の上、充分にご検討ください。
  - ・健康管理は本人の責任です。各自で十分留意してください。
  - ・万一の傷害については、応急の処置は行いますが、その後の責めは負いません。
  - ・小アリーナで実施しますので上靴をご持参ください。
  - ・写真撮影・記事・事業の様子等が報道されることもあります。また、広報等の刊行物に掲載することもありますので、ご了承ください。
  - ・教室開催日が悪天候(特別警報・暴風警報等発令)の場合や社会情勢により中止または延期することがあります。
  - ・詳細は、直接センターへお問い合わせください。
- 13 問 い 合 わ せ 滋賀県立障害者福祉センター  
〒525-0072 草津市笠山八丁目5番130号  
TEL 077-564-7327  
FAX 077-564-7641  
URL <http://www.shiga-fukushi-center/>