

2014年10月28日

南丹市情報センター 御中

Press Release

## 「町の保健室」ロコモティブシンドロームを 予防して健康な社会生活を

明治国際医療大学（京都府南丹市）は、11月11日（火）に殿田とくほーる（南丹市日吉町殿田）において、健康教室「介護予防のためのロコモティブシンドローム予防」を開催します。

ロコモチェック、寝たきりや転倒を防ぐための開眼片脚立ち、スクワットなどのロコモーショントレーニングの実演・指導を行います。また、南丹保健所が開発された転倒予防のための「なんたん元気づくり体操」もご紹介します。

なお、本活動は南丹市市民提携型まちづくり活動支援交付金において採択された「町の保健室」事業として、南丹市社会福祉協議会日吉支所と連携して実施するものです。この事業では、高齢者の健康意識を高め、地域の活性化を進めるため、保健師を目指す学生と本学教員が地域に出向いて健康相談やロコモティブシンドローム予防意識調査などを行っています。

については、ぜひとも会場にお立ち寄りいただきますようご案内申し上げます。

記

日 時： 11月11日（火）13時00分～14時30分

場 所： 殿田とくほーる

対 象： 生きがい通所事業の参加者約10名

### 【取材に関するお問い合わせ先】

京都府南丹市日吉町保野田 TEL:0771-72-1231 FAX:0771-72-1040

明治国際医療大学 企画情報担当 井上久美子・圓山晴香

※本広報資料は、ご自由にご転送・ご引用ください。

<プレスリリース配信元：明治国際医療大学 <http://www.meiji-u.ac.jp/>>