

健康長寿のダレデモ

dANCE

2024年 3月3日(日)

13:00~15:30 (12:00開場)

定員 500名(参加費無料/先着順/事前申込制)

会場 ライトキューブ宇都宮 1F・大ホール(東側)
JR宇都宮駅 東口改札から徒歩2分



プログラム

「在宅療養支援 ガイドブック」のご案内

13:00~13:30

- 県内の医師や医療スタッフで作成した心疾患予防と療養のためのガイドブック
- ガイドブックをお配りして、ポイントを解説いたします

第一部

健康長寿のダレデモ dANCE

13:40~14:20 対談

- 運動が楽しく安心に行えるために

[登壇者]
SAM(一般社団法人ダレデモダンス代表理事)
安 隆則(獨協医科大学日光医療センター病院長/ 心臓・血管・腎臓内科 主任教授)
田村 由馬(獨協医科大学日光医療センターリハビリテーション部)
司会: 小池 祥絵(とちぎ未来大使)

第二部

14:30~15:30 ダンス実演

- TRFのSAMさんによる、ダレデモdANCEを是非ご体験ください



TRF SAM



SAMがこれまでの経験を注ぎ込み、医師・理学療法士とともに誰もが無理なく踊ることが出来るプログラムを考案しました。すべての世代の方々にダンスの楽しみと健康を!



第29回
日本心臓リハビリテーション学会学術集会

会長 安 隆 則

(獨協医科大学日光医療センター病院長/
心臓・血管・腎臓内科 主任教授)

栃木県は冬季の死亡率全国ワースト1です。特に心臓病や脳卒中が多く、これらを予防する取り組みとして、わたしたちは心臓リハビリテーションで培った知識と技術を皆様にお伝えしたいと思います。今回の市民公開講座では、予防の為のポイントを解説し、TRFのSAMさんによるダンスの実演を行います。ご来場者の方と一緒に楽しく安全なダンスを体験して下さい。座っても行える運動ですので、ご高齢の方もご参加いただき、健康長寿を目指しましょう。

なお、この市民公開講座は令和5年7月に横浜で行われました日本心臓リハビリテーション学会の学術集会のサテライト企画として提供するものです。入場は無料でございますので、ぜひご参加下さい。

[主催事務局] 獨協医科大学日光医療センター 心臓・血管・腎臓内科 [後援] 栃木県

お問い合わせ先

第29回日本心臓リハビリテーション学会学術集会 運営事務局

株式会社学会サービス内

〒150-0032 東京都渋谷区鶯谷町7-3-101

TEL:03-3496-6950 FAX:03-3496-2150 E-mail: 29jacr@gakkai.co.jp

[申込み方法]
裏面をご参照
ください。



市民公開講座 参加申込書

2024年 3月3日(日)

13:00~15:30(12:00開場)

定員 500名(参加費無料/先着順/事前申込制)

会場 ライトキューブ宇都宮 1F・大ホール(東側)
JR宇都宮駅 東口改札から徒歩2分

《お申込み期限》

2024年
2月16日(金)
正午まで

お申込み方法 下記①か②のいずれかでお申し込みください。

①メールで申込みの場合

右記QRコードをスマートフォンで読み取り、
必要事項をご記入の上、参加申込みをお願いいたします。



とちまるくん©栃木県

②FAXで申込みの場合

本参加申込書に必要事項をご記入の上、FAX:03-3496-2150より参加申込みをお願いいたします。

フリガナ 氏名	住所 〒
	電話番号 ()

講師への質問等 ※市民公開講座での回答の有無は主催にご一任ください。

同伴者 ※同伴者がいる際はご記入ください。

フリガナ 氏名	住所 〒
	電話番号 ()

フリガナ 氏名	住所 〒
	電話番号 ()

【参加可否のご案内について】

2月19日週にお申し込みをされた皆様へ郵送(お手紙)にて参加可否のご案内をお送りいたします。
※ご記入いただくご住所はお間違えのないようご注意くださいませ。