

(第9期 手のひらパートナープログラム助成金)

# Zoom を使って おうちでリハビリ

新型コロナウイルスの感染拡大により、自宅に閉じこもりがちでストレスや運動不足を感じるという声が多く寄せられています。

運動機能の低下とそれに起因する一連の精神・身体機能の低下は、「ロコモ（ロコモティブシンドローム）」を生じます。高齢化社会におけるADL低下の大きな原因です。これは、健常者だけの問題ではありません。障がい者には、より深刻な「障がい者ロコモ」を引き起こします。そこで、コロナ禍でも障がい者が運動機能の低下を少しでも予防できるよう、スマホやパソコンを使ってできる「おうちでできるリハビリ」をオンラインで開催することと致します。リハビリキャラバンでおなじみの佐々木雄一先生の楽しいお話と指導のもと、体と心をほぐしましょう！皆様のご参加をお待ちしております。

**2021年12月14日(火) 15:00~オンライン (Zoom) で開催**

**参加費：無料**

講師：理学療法士 佐々木 雄一 先生（札幌医科大学附属病院）

オープニングメッセージ：池川 志郎 先生（理化学研究所）

主催：特定非営利活動法人 骨形成不全症協会 共催：北海道脊柱靭帯骨化症友の会

(Zoom 接続情報)

ミーティング ID:229 951 8893

参加用パスコード:669273

問い合わせ先：骨形成不全症協会 河村

電話:03-3961-1985

メール:info@network-oi.com