

無料公開医療講座

定員 50名

いつまでも

健康でいるために

～EMS(電氣的筋刺激装置)と運動～

2025

8/22 金
15:00～16:30

(受付 14:45～)

会場

板橋中央総合病院 講堂
〒174-0051 東京都板橋区小豆沢2-12-7

筋肉が低下すると運動機能だけでなく、認知機能も低下してしまう場合があります。

自分でできる筋力トレーニングや、筋肉を刺激し、簡単にトレーニングができる最新のEMS機器のご紹介と実演をします！

プログラム

15:00～『健康でいるために
今日からできる筋力トレーニング』
板橋中央総合病院
リハビリテーション科
梅田 和也うめだ かずや

15:20～『健康な筋肉がもたらす
自分らしく生きる未来』
株式会社マイファーム 蓑茂 昌夫氏みのも まさお

15:40～ EMS (電氣的筋刺激装置)実演

お申し込み

期間:7月17日(木)10:00～8月21日(木)17:00まで

※Web予約は定員に達し次第締め切らせていただきます。ご予約状況についてはお電話にてお問い合わせください。

WEB



窓口・
TEL

板橋中央総合病院
C館1階 企画広報室(オレンジカウンター横)

☎03-3967-1181 (代表) 音声案内「4」を選択

ご参加当日はマスクの着用、手指消毒のご協力をお願いいたします。



IMS(イムス)グループ 医療法人社団 財団法人

板橋中央総合病院