



3月のNW講習会

8日(木) ・ 13日(火) ・ 22日(木) ・ ※27日(火)

※27日: 中井町健康づくりコース (集合: 9時45分 中井町運動公園里やま直売所前)

4月のNW講習会

※10日(火) ・ 19日(木) ・ 24日(火)

※10日(火) 山北の桜と洒水の滝 JR御殿場線松田発 9:28 (小田急新松田駅 9:14、20着)

転倒予防の話 ① (なぜ転ぶのか?)

転倒予防指導士になりました。

転倒予防学会の認定資格で今回96名の受講者は看護師、理学療法士、介護福祉士などの医療従事者でした。

- ☆ 転倒・転落死は交通事故より多いとは驚きです。交通事故死5728人(2016年)で転倒・転落死は8030人となっている。
- ☆ 65歳以上の高齢者の3人に1人が1年間に1回以上は転倒する。

※次回は内的要因と外的要因です

神奈川健生NWツアー情報 (KNWC)

- ☆ 3月4日(日) 逗子・鎌倉 9名参加
- ☆ 4月8日(日) 多摩丘陵の桜 **募集中**
- ☆ 5月13日(日) 隅田川テラス
※マナー缶バッジをつけましょう
- ☆ JNWA指導者養成・更新講習会
3月31日(土) 横浜 (万国橋会議センター)

秦野市スポーツデー 3月3日(土)

9:30~11:30 お好きな時間に

NW.PWを体験しませんか!! (無料)

(編集) 秦野ノルディック&ポールウォーキングクラブ

代表 村上政司 0463(79)-0558