

★ 子供の健康的座位姿勢の啓発事業 ★

お子さんの姿勢は気になりませんか？



子供の姿勢って

- ✓背中が丸くなったりしませんか？
- ✓良い姿勢に直してもすぐに崩れてきませんか？



姿勢が悪いとどうなる

- ✓首や肩、腰が痛くなる
- ✓骨格が歪んだまま成長する
- ✓ケガのリスクが高くなる



理学療法士による姿勢の測定や運動をお伝えします♪♪

- ・対象：小学生・中学生と保護者
- ・人数：40名（先着順）
- ・開催日：令和7年2月2日（日）
- ・時間：10:00-12:00（120分）
（受付 9:45～）
- ・会場：プロシードアリーナHIKONE
（サブアリーナ）
- ・参加費：無料



椅子の高さを調整しました♪

10:00～10:20
正しい姿勢についてお話し

10:20～11:00
姿勢の検査

11:10～11:40
運動&ストレッチ

11:40～12:00
理学療法士による個別相談

参加申し込みはこちらのQRコードよりお待ちしております



<https://forms.gle/Neiyx1deaaLWYmk>

後援

彦根市、彦根市教育委員会

協力

びわこリハビリテーション専門職大学

お問い合わせ

hikone.physical.therapy@gmail.com

担当：西澤