



# 今こそ大事！自宅で行う 心臓リハビリテーション

会場参加  
WEB配信

会場でもご自宅でも  
参加できます

参加費無料  
事前申込不要

2021  
**2/27** [土]  
14:00-16:00 受付 13:00-

会場参加  
先着 **80**名

当日直接会場までお越しください。事前の参加申し込みは不要です。マスクの着用等、感染対策にご配慮ください。

また当日は軽い運動がございますので、動ける服装でお越しください。

会場

## レソラNTT 夢天神ホール

福岡市中央区天神 2-5-55 レソラ天神 5F TEL 092-781-8888

◎西鉄天神大牟田線 西鉄福岡(天神)駅から徒歩2分

◎地下鉄空港線 天神駅から徒歩5分



WEB  
(ZOOM)  
配信

スマホやパソコンにてご自宅からでも気軽にご参加いただけます。視聴をご希望の方はホームページをご覧ください。

第26回心リハ 市民公開講座



<http://www.congre.co.jp/26jacr/shimin/>



### プログラム

[開会の挨拶]

肥後 太基 九州大学大学院医学研究院 循環器内科学 診療講師

[講演1] 今日からできる健康にいい食事と運動 ~心臓病にならないために~

筒井 裕之 九州大学大学院医学研究院 循環器内科学 教授

休憩 5分

[講演2] 自宅でできるレジスタンストレーニング

永富 祐太 九州大学病院リハビリテーション部

休憩 10分

[講演3] 健康づくりが楽しくなる!スロージョギング®のススメ

松田 拓朗 福岡大学病院リハビリテーション部 健康運動指導士

[閉会の挨拶]

肥後 太基 九州大学大学院医学研究院 循環器内科学 診療講師

[主催] 第26回日本心臓リハビリテーション学会学術集会 [後援] 福岡市

[お問い合わせ先] 第26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 株式会社コングレ九州支社 内  
〒810-0001 福岡市中央区天神 1-9-17-11F E-mail 26jacr@congre.co.jp  
TEL 092-716-7116 (平日 10:00~17:00)

今後、新型コロナウイルス(COVID-19)感染拡大の状況によっては、開催方式の変更が生じる場合がございます。随時、ホームページにてご案内をいたしますので、ご確認をお願いいたします。

第26回心リハ 市民公開講座

