

安全衛生講習会を開催します！

「呼吸筋トレーニング ～姿勢改善から誤嚥予防まで～」

日時

令和7年10月30日（木）
14時から16時まで

【予約不要・参加費無料】

会場

都立産業貿易センター台東館
2階会議室A

講師

尾崎 智之氏（理学療法士）



転倒予防や運動機能改善など、さまざまなセミナー実績のある理学療法士の講師が、皆様の健康づくりについてアドバイスします！
お気軽にご参加ください！

対象

家内労働者やその補助者としてお仕事をされている方



こんなお悩みをお持ちの方に！
皆様の質問にお答えします。

- 筋力が衰えてきた
- 工作中的姿勢が辛い
- 誤嚥を予防する方法は？

気軽にできるトレーニングを紹介します。一緒に体を動かしましょう！

問合せ先

東京都 産業労働局 雇用就業部
労働環境課 家内労働担当
電話：03-5320-4654