



県内4会場で開催！歩行の質の改善を目指した「歩行ケア体験会」を開催します

長野県では、一般社団法人歩行ケア協会と連携し、県民の皆さんの歩行の質の改善や職場・家庭の安全（転倒予防）と健康に貢献することを目的に、県内4会場で「歩行ケア体験会」を開催します。どなたでもご参加可能ですので、ぜひお気軽にお越しください。

1 日時・場所

- 各会場 14時～15時30分までの開催となります。（13時45分より入場可能）

会場名	日時	場所
長野会場	令和6年 10月23日 （水）	県庁講堂 （長野市大字南長野幅下 692-2）
飯田会場	令和6年 10月30日 （水）	飯田合同庁舎講堂 （飯田市追手町 2-678）
松本会場	令和6年 11月6日 （水）	松本合同庁舎講堂 （松本市大字島立 1020）
諏訪会場	令和6年 11月20日 （水）	諏訪合同庁舎講堂 （諏訪市上川 1-1644-10）

2 内容

- 歩行ケア体験
 - ①歩行計測
 - ②改善体操



歩行計測の様子



改善体操の様子

3 参加申込等

- 各会場定員 **20名**（参加費無料・先着順）
- 申込方法等の詳細は別添チラシをご覧ください。
二次元コード(右図) / 電話 / F A X から申込可能です。

【申込はこちらから↓】



*歩行ケアとは・・・客観的なデータ分析に基づく歩行改善指導。センサーを用いた歩行計測、計測結果に基づく歩行改善運動を行うことで歩行の質の改善を行うもの。



信州
ACE
プロジェクト

(問合せ先)

担当：健康福祉部健康増進課 塩原

電話：026-235-7116（直通）

026-232-0111（代表）内線 2667

F A X：026-235-7170

E-mail：kenko-zoshin@pref.nagano.lg.jp