

呼吸リハビリテーション教室

気管支ぜん息や COPD など、呼吸器に不安のある方へ！！

息苦しさを和らげ、日常生活をより快適に過ごすコツを学びませんか？

経験豊富な理学療法士が以下のポイントを解説します

・効果的な呼吸法 ・日常的な呼吸リハビリ体操 ・症状悪化の予防法 など

一緒に、より楽な呼吸を目指しましょう。皆様のご参加をお待ちしております。

日時・場所

第1回	令和7年	6月	9日(月)	すみだ保健子育て総合センター	多目的ホール
第2回	令和7年	6月25日(水)		すみだ保健子育て総合センター	多目的ホール
第3回	令和7年10月	7日(火)		すみだ保健子育て総合センター	多目的ホール
第4回	令和7年10月30日(木)			すみだ保健子育て総合センター	多目的ホール
第5回	令和7年11月28日(金)			すみだ保健子育て総合センター	多目的ホール

時間はいずれも午後2時～4時

全5回コースですが、一部日程の参加も可能です。

講師

医療法人社団 健芯会

ライフクリニック 阿部 裕哉氏

対象者

気管支ぜん息やCOPDなど呼吸器に不安のある成人の方

募集期間

令和7年4月21日(金)～(定員になり次第締め切り)

申込方法

墨田区HPより電子申請にてお申込みください。

(検索ワード 墨田区 呼吸リハビリテーション教室)

募集人数

各回先着30人

参加費

無料



問い合わせ先

墨田区 保健衛生部 保健予防課 保健予防係 墨田区横川5-7-4

電話：03-5608-6190(直通) FAX：03-5608-6507