

特別講演

脳と体を同時に鍛える! 冬の青森を乗り切る 「デュアルタスク」の力

～最新の脳卒中リハビリテーション治療から
「三途の川は歩いて渡る」究極の健康長寿まで～

講師

安保 雅博先生

東京慈恵会医科大学 リハビリテーション医学講座 主任教授
公益財団法人 日本リハビリテーション医学会 理事長



2026.4.4 土 15:00～17:30
(開場・受付 14:30)

会場 | 青森新都市病院 3階 講堂

(〒038-0003 青森県青森市石江3丁目1番地)

- 【対象】・脳卒中後などのリハビリに取り組まれている方やご家族
・健康づくりや介護予防に関心のある地域の皆様
・医療・介護従事者、医療・福祉分野を志す学生の方 など

特別企画

◆「青森健康体操」の披露・解説

講演会では、安保雅博先生らが発案した誰でも・無理なく・楽しく続けられる「青森健康体操」を披露し、その効果や正しいやり方を解説します。最先端医療と地域で実践できる健康習慣の両面から、健やかな未来を築きましょう。

◆体験コーナー

最新のリハビリテーション機器を実際に「見て・触れて・体験」していただけるコーナーを設置します。健康状態のチェックから、医療・リハビリテーションの環境で活用されている機器を体験いただけます。

◆健康・リハビリ相談コーナー

講演会終了後に講演内容に関する疑問や日頃の健康に関するお悩みなど、個別にご相談に応じます。この機会にぜひご利用ください。

参加無料

定員200名
(どなたでも参加できます)

お申し込みは
お電話・FAX・QRコードより

TEL 017-757-8750
FAX 017-788-9901



申込締切 3月31日(火)

青森新都市病院

医療・健康セミナー2026

脳卒中後遺症に悩む方々へ、そしてその支援に携わる皆様へ。リハビリテーション医学の第一人者である安保雅博先生をお招きし、経頭蓋磁気刺激療法やボツリヌス療法といった最先端の治療法を科学的根拠と実践例を交えて深く解説します。「諦めないリハビリテーション」の哲学と、脳機能回復のメカニズムを市民の方々にわかりやすく、医療・介護従事者の方々には専門的な視点から、多角的にご講演いただきます。先生の数々の著書で語られてきた「新たな希望」を是非この機会に見つけてください。

申込方法

■お電話でお申込みの場合

TEL 017-757-8750

「健康セミナーの申込み」とお伝えください。

■FAXでお申込みの場合

FAX 017-788-9901

下記の「参加申込書」に必要事項をご記入の上、送信してください。

■スマートフォンまたはパソコンでお申込みの場合

右のQRコードまたは下記URLより申込みフォームにアクセスし、必要事項を入力してお申込みください。当院ホームページからもお申込みできます。

<https://ssl.form-mailer.jp/fms/eb89d489877240>



※無料送迎バス(幸畑・松原・古川方面)の運行もあります。ご希望の方は予約時にお申込み下さい。

参加申込書

参加者氏名 _____

年 齢 _____

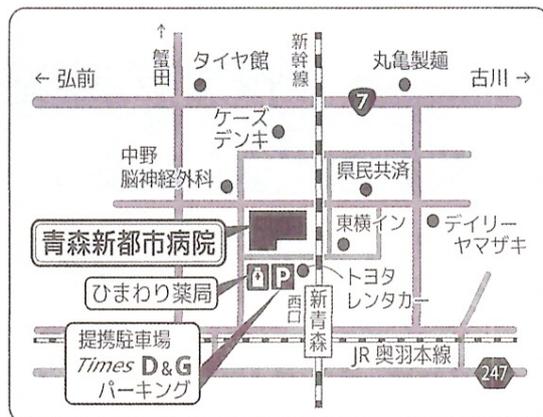
職 業 _____

お住まいの市町村 _____

ご連絡先

電話番号

FAX番号



※駐車場無料(駐車券を会場までお持ち下さい)

青森新都市病院

〒038-0003 青森県青森市石江3丁目1番地

無料送迎バス

【行き】 利用する 利用しない

※送迎バスをご利用の方は乗車するバス停を○で囲んで下さい。

幸畑団地(13:50)→幸畑団地東通り→青森大学前→幸畑小学校前→幸畑→幸畑市民館前→駒込(13:55)→駒込見古通り→古館大柳→古館十文字(13:58)→中筒井→下筒井→筒井中グランド横ゴミ集積場(14:02)→桜並木通り太田果物店前→松原三丁目(14:06)→棟方志功記念館通り→提橋→文化会館前→NTT青森支店前→市役所前(14:14)→県庁前→古川5番のりば(14:18)→上古川→西上古川→西滝→ヤクルト前(14:24)→マツダ自動車前→あすなるセンター前→青森新都市病院(14:30)

【帰り】 利用する 利用しない

青森新都市病院(17:30)発

降車するバス停 _____

※ご利用の場合は、バス停名を上記から選んでご記入下さい。