

関節を守る！筋肉の鍛え方

※来院時はマスクの着用にご協力をお願いします。

日時：6月16日(月) 13時

対象：地域住民の皆さま

(12時50分 受付)

場所：当院2階リハビリテーション室

講師：理学療法士 田中

最近いろんな関節が痛い。
痛みなく動きたい！・・・けどどんな
ことしたらいいのかわからない。
などお悩みのある方



参加費はもちろん無料！お茶の提供もあります！

※参加希望の方は078-381-8251（リハビリテーション科直通）に
事前予約をお願いします。予約なしでの当日参加も可能です。

**ご不明な点やご質問がございましたら当院スタッフまたは
下記問い合わせまでお願いします。**

問合せ先：TEL 078-381-8251（リハビリテーション科直通）

担当：リハビリテーション科 小松原



一般財団法人 神戸マリナーズ厚生会

ポートアイランド病院