

転ばない！弱らない！ 続けられる運動習慣

※来院時はマスクの着用にご協力をお願いします。

日時：8月18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 堅正



厳しい暑さが続く中、よくしていた
運動がお休みがちに・・・
そこで今回はお家で簡単にできる
手軽な運動を紹介します！

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

