

介護予防

元気はつらつ体操



ぴあ道場



みなさんにご自信の身体のことをどのくらいご存知ですか？
～4つのからだチェックテストを行って

ご自身のからだについて知りましょう♪～

ご自宅でも気軽にできる予防体操も行います。

動きやすい服装での参加をお願いします。

～からだの不安に対し理学療法士が相談を承ります～

その他からだに関することを中心に、くらしの中のお悩み
や相談にお応えします。

今回 2回目の開催です♪



11月の予定



7日(火) 10:30～12:00

【応募について】

- ・対象：65歳以上の方
- ・定員：10名（定員になり次第、受付終了）
- ・応募方法：電話にて当院リハビリテーション技術科まで（☎ 0480-93-0661）
- ・受付時間：月曜～金曜の9：00～17：00



リハビリテーション技術科地域包括ケアチーム



Shiraoka Central
General Hospital

平成29年10月18日

院長 橋本 視法