

転倒



つまずき

みんなでヨボヨボ予防
ちよきん

ふらつき

「貯筋体操」

開催日 令和元年 11 月 15 日(金) 10:00~11:30

【会 場】 tette 4 階 ルーム 4-2

【対 象】 市内在住のおおむね 60 歳以上の方

【人数・料金】 先着 30 名 ・ 無料

【講 師】 理学療法士 廣田 智氏

【内 容】 介護防止体操

【持 参 物】 タオル・室内シューズ・飲み物(動きやすい恰好でお越しください。)

【申込方法】 申込書を 11 月 14 日(木)までに tette オフィス(1階)にご持参
ください。電話での仮予約も受け付けます。

【申込開始日】 10 月 28 日(金) 10:00 から

須賀川市民交流センターtette 住 所: 須賀川市中町 4-1 (0248-73-4407)

駐車場: tette 駐車場(有料・2 時間までは無料)・翠ヶ丘公園上北町駐車場(無料)

.....キトリ.....

「貯筋体操」申込書

住 所		年 齢
〒962- 須賀川市		歳
名 前(ふりがな)	電話番号	性 別
		男 ・ 女