

第2回

元気に過ごそう！

参加費
無料

(先着10名様)

理学療法士
が教える

健康体操

2025年

日時

6月24日(火)

11:00~12:00

受付 10:30~

場所

杉並堀ノ内クリニック リハビリ室

講師

医療法人社団めぐみ会 リハビリテーション科
理学療法士 柳田鷹王

申込

事前申込制 (参加ご希望の方は事前にクリニック事務までお問い合わせ下さい。)

定員

10名 ※先着順・定員になり次第締め切り予定

費用

無料

その他

飲料水持参、動きやすい服装でお越しください。



i 7月からリハビリ科が**再開**します！

平均寿命は延びたというけれど「いつまでも元気でいたい」と誰もが思っていることではないでしょうか？元気な状態を維持したい！もっと健康な状態になりたい！そんな思いから運動を始めた方々も多いかと思います。

「どんな運動をしたらいいか？」「どれくらい運動したら良いか？」

そんな皆様の疑問にお答えするため、7月から始まりますリハビリ科の職員がその場でできる体操の指導も含めて行います！どうぞお誘いあわせの上奮ってご参加下さい。

主催：医療法人社団めぐみ会 リハビリテーション科

お問合せ先

杉並堀ノ内クリニック Tel.03-5929-1611

【平日 9:00 ~ 17:30】