

健康な体づくり教室

ごあいさつ

夏も終わり、「食欲・スポーツの秋」が到来です。南小樽病院でございます。

このたび、下記日程において**健康な体づくり教室**を開催いたします。

当院の**日本転倒予防学会認定指導士**が推奨する、最新の情報と体操を皆様と明るく、楽しく行いたいと思います。もちろん**運動能力診断**のみのご参加でも構いません。この機会にぜひ、皆様のご参加をお待ち致します！

《日時》 令和元年**9月21日(土)** 10:00 ~ 11:00 予定

《場所》 **南小樽病院 1階 ロビー**

〒047-0002 小樽市潮見台1丁目5番3号

《内容》 ①運動測定 ②講話~**リハと栄養**~ ③体操 ④相談会

* ①のみ(約20分間)▶9:30からでも対応いたします。

②▶10:00~10:20見込み ③▶10:30~10:50見込み

①④▶空き時間に個別に実施予定です。

入場
無料

予約
不要

お子さん
大歓迎



日本転倒予防学会
キャラクター
"すみちゃん"



《お問合せ》 ☎0134-21-2333 ☎080-4174-1550(当日)

南小樽病院 リハビリテーション部 久保・本間



医療法人社団 青優会
南小樽病院
Medical corporation Soiyuki ainimotaru Hospital