

若草第一病院 第40回健康教室

フレイル予防について ～筋力強化体操～

当院では、『地域住民の方々が健康を志向した日常生活を送れるようサポートする』ことを目的として、健康教室を開催しております。第40回の健康教室は当院の理学療法士より、「フレイル予防」についてお話しさせていただきます。皆さんのご参加を心よりお待ちしております。

日時： 2024年2月9日(金)14時～15時

場所： 若草町自治会館

内容： 「フレイル予防について
～筋力強化体操～」

講師： 理学療法士 宇佐美 友浩



お気軽にご参加ください。
お問合せは本館1階受付 もろむぎ しもだ 諸麥・下田まで
Tel:072-988-1409