

若草第一病院 第43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43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。
皆様のご参加を心よりお待ちしております。

日時： 2025年1月17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 玉村 悠介



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