



# 健康サロンのご案内

## しずさと診療所でのリハビリって何があるの？

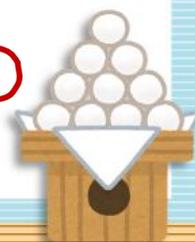
紹介します ～ 外来 ・ 訪問 ・ 通所 ～

講師 リハビリ科長 青木公二さん (理学療法士)

日時 9月19日(木) 13:30 ~ 15:00

今回は午後からになります

場所 青墓地区センター 研修室



しずさと診療所のリハビリ科はどんなリハビリをするの？器具や内容は？  
なんとなく眺めていても内容はかかってみないと分からない。  
一度詳しく聞いてみませんか。近くの整形と違う点は？  
高齢になれば必ずお世話になるリハビリです。知ってお得な話です。

## 班会のご案内

- |              |           |        |                     |
|--------------|-----------|--------|---------------------|
| ● ヨガ班会       | 9月 5日(木)  | 10時～   | } 青墓地区<br>センター      |
|              | 10月 3日(木) | 10時～   |                     |
| ● スクエアステップ班会 | 9月19日(木)  | 10時～   |                     |
|              | 10月24日(木) | 10時～   |                     |
| ● ウォーキング班会   | 9月21日(土)  | 8時～    | } 草道島<br>スポーツ<br>公園 |
|              | 雨天の場合     | 28日(土) |                     |
|              | 10月19日(土) | 8時～    |                     |
|              | 雨天の場合     | 26日(土) |                     |

健康サロン、班会 どなたでも自由に参加できます。会場、集合場所にお越しく下さい。  
皆さんの参加をお待ちしています。