



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
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
スポーツ
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。