

リハビリ教室のご案内



日程 原則第2・4火曜日
午後2時～3時半



	新岡風也先生	矢島純子先生
4月	12日	26日
5月	10日	24日
6月	14日	28日
7月	12日	26日
8月	9日	23日
9月	13日	27日

理学療法士の運動指導のもと、転倒予防や腰痛予防、動きやすい身体作りを目指しましょう！椅子に座ってできる運動が中心です。ですので、体力にご不安のある方でも気軽に参加できます！

持ち物 マスク着用・運動できる服装・
室内用運動靴・飲み物・タオル
当日ご自宅で検温をお願いします。

対象 川崎市内在住 60歳以上の方

会場 麻生老人福祉センター2階体育室

川崎市麻生区金程2-8-3

*新百合ヶ丘駅からバス「麻生高校前」下車徒歩4分

☎044-966-1549

※新型コロナウイルス感染状況等により中止となることがあります。
ご了承ください。



整形相談 無料

医師への相談をご希望の方は
健康相談室で承ります。

13:30～15:00

血圧測定

(ご希望者)

13:30～13:55

ためになる講話

栄養・歯科・病気等専門
家による講話が30分入
ることがあります！

日程未定。