

# 長井医院 整形外科・内科 ～健康運動教室のご案内～

「最近やせてきた」「足の力をつけたい」  
「転ばない体づくりをしたい」といった方々へ  
運動の方法などを、当院理学療法士がご説明し  
ます！！

**日時**

2018年12月12日（水）  
14：00～15：00

**内容**

理学療法士による  
「転ばない！元気なからだづくりのコツ」  
そのほか、物理療法機器の体験 など

**参加費：無料**

**定員：10～20名程度**

**対象：興味のある方は誰でも**



事前のご予約をお願いいたします。  
参加をご希望の方は、お電話もしくはは当院  
スタッフまでお声かけ下さい。