

長井医院 整形外科・内科 ～健康運動教室のご案内～

今回のテーマはお腹・腰まわりです！

「**腰が痛い**」「**腰がおもたい**」「**腰痛の予防がしたい**」
など感じておられる方！ どんどんご参加ください！

日時

2019年2月13日（水）
14：00～15：00

内容

理学療法士が解説しながらおこなう
「やってみよう！腰痛体操！」

参加費：無料

定員：10名程度

対象：興味のある方は誰でも

場所：当院リハビリテーション室



※事前の準備の為、完全予約制とさせていただきます

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
当院スタッフまでお声かけ下さい。

予約締め切り：2019年2月9日(土)