

参加者募集

平成30年度自主事業  
理学療法士から学ぶ



# ワイワイ WAYWAY 体操

で健康寿命を延ばしましょう! 第2回

## 結果と追加募集のお知らせ

### 応募者全員の受講が決定しました。

### 追加募集

応募者数が定員に達していないため追加募集を行います。

日時:平成30年5月12日(土) 午前10時~12時(集合9時30分)

場所:狩場緑風荘1階機能回復訓練室

参加費(保険料):100円

講師:山口 <sup>ま</sup>舞恵先生(理学療法士)

内容:健口体操、ハマトレと、ラダートレーニング他

持ち物:筆記用具、汗ふきタオル、足の下においても構わないタオル、

飲み物、動きやすい服装で

お申し込み、お問い合わせは狩場緑風荘受付まで

☎742-2311

※膝、腰、股関節などトレーニングをする部分に不安がある方は、あらかじめ主治医にご相談ください。