

元気でいこまい倶楽部 講演会

無料・予約制

「シニアからの足腰の鍛え方」

定員150名様

(先着順)

～お家で転倒&膝痛・腰痛予防～

日時：令和6年5月31日（金）

午後1時30分～3時（受付：午後1時～1時30分）

場所：守山区役所 講堂（区役所 3階）

対象者：守山区在住の65歳以上の方

講師：愛知県理学療法士会リハビリテーション情報局部長

（合）Think Body Japan 代表

（株）Think Life 代表

理学療法士 おばた 小幡 まさふみ 匡史 先生

持ち物：筆記用具、水分補給用の飲み物

*動きやすい服装でお越しください

ご予約は お電話 または
二次元コード から！



膝・腰に
不安のある方必見！

- ・公共交通機関でお越しください。
- ・当日、午前11時の時点で名古屋市に警報（大雨・洪水・暴風）が出ている場合は中止となります。

★申込期間：令和6年4月11日（木）～5月29日（水）

＜お問い合わせ・申し込み先＞

守山保健センター 保健予防課

電話 796-4620

FAX 796-0040