

桜山健康教室 元気に長生き！

第1回

『ロコモ・フレイル予防 のための運動』

2024年3月8日(金)

時間：16時～16時30分

講師：理学療法士

場所：病棟・中央診療棟 1階
理学療法室

*当日は、**軽い運動のできる服装・靴**でご参加下さい。

フレイル予防に**重要な**
運動療法をお教えします。
一緒に運動しましょう！



お気軽にどうぞ！**定員 20名程度**

〈お問い合わせ〉 地域医療連携室 診療連携 052-851-5511 R6年1月30日作成