



百歳まで歩こう！ 理学療法士の 転倒防止予防体操

いきいきと自分らしく暮らしていくため
”転ばない”体づくりをしてみませんか？
理学療法士が丁寧に体操指導します！

日時

7/31(木)

14:00～15:30

会場

都賀いきいきセンター
教養娯楽室

講師

当センター 理学療法士
原田 潤一 氏

持物

上履き・飲み物・
ヨガマットもしくはバスタオル

申込

先着15名
7/1(火)9:30～
窓口・電話・FAXにて受付

参加
無料

申込・お問合せ

千葉市都賀いきいきセンター
電話 232-4771
FAX 232-4773
千葉市若葉区都賀4-20-1

