

第3回

理学療法士による 腰痛予防講座

名古屋市地域サロン活動等支援事業

2025年

9月30日 火 14:00-15:00

場所： 天神山福社会館 集会室

講師：
ひのとり整形在宅クリニック
理学療法士 杉田 裕市 先生

- ◇腰痛の種類や姿勢のタイプによって、どんな運動がよいか説明し、運動の方法を紹介します。
- ◇6回シリーズの3回目です。次回は、11月に「高齢者うつ予防講座」を予定しています。

申込方法

9月12日(金) 午前8時45分から
窓口または電話にて、先着30名

☎052-531-0023