

わ

か

ば

包

括

2023年5月

わかば包括学習会

「実践！理学療法士が教える腰痛予防体操体操」を開催しました！

5月22日(月)さかえ会館にて、立川介護老人保健施設わかばの理学療法士による腰痛予防体操の学習会を開催し30名の方が参加されました。



「腰痛予防になるラジオ体操の動きのポイントが参考になった」「身近に感じる学習会で、家でもやろうと思う」などの感想をいただきました。

次回の学習会のお知らせ

6月23日(金) 14時～15時 若葉会館にて
「自分に合った靴で元気に歩こう ～靴の選び方～」を行います。
お申し込み、お問い合わせは わかば地域包括支援センター
TEL 042-538-1221 FAX 042-538-1222 まで