

わ

か

ば

包

括

2024年11月

わかば包括学習会

「理学療法士が教えるひざ痛予防講座」

を開催しました！

11月19日(火)若葉会館にて、立川介護老人保健施設わかばの鈴木理学療法士にきていただきひざ痛予防講座を開催いたしました。

参加したみなさんと一緒に体操を行いながら楽しく学ぶことができました。



参加いただいた方からは「短時間でしたが体操をしたことで身体が軽くなり気持ちよくなった」「講師の先生の教え方がていねいでとてもよかった」「運動療法の重要性が分かりました」と感想をいただきました。

12月は遺言についての学習会を予定しています。ご興味のある方はぜひご参加ください。



「『遺言』が、自分と家族の将来を守る!？」

令和6年12月13日(金)14時～15時

会場:さかえ会館 定員:30名(申し込み順)

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

