

うえだ下田部病院 地域健康体操 & 相談室



わんらぶ

～ わんらぶ (One Love) は全世界の人を愛し尊重することを表します～

時間: 10時～ 場所: めぶきホール(かわもとクリニック2F・たんぼぼ薬局横)

特定医療法人健和会(うえだ下田部病院・介護老人保健施設ふれあい)が主催しております地域健康体操&相談室の「わんらぶ」です。
残暑が厳しい中、皆様いかがお過ごしでしょうか。
今年も11月頃まで熱中症に注意が必要とのことで長い長い夏になりそうです。
朝晩の気温の寒暖差が大きい季節になってきて体調を崩しやすくなりますが、健康体操で免疫力を上げ元気に過ごしましょう♪
皆様、お誘い合わせの上、気をつけてお越しください。

ご参加
無料だニャン



第50回
10月19日(土)

風船バレーで体感を鍛えて
肩まわりを柔らかくしましょう

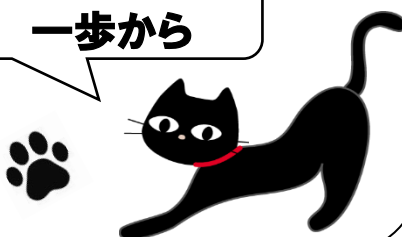
楽シク
鍛エマシヨウ



第51回
11月16日(土)

楽しく安全に
歩きましょう!

千里の道も
一歩から



第52回
12月21日(土)

フレイル予防
～座ってできる
全身トレーニング～



お問い合わせ先電話番号

072-661-6688

072-676-2011

(下田部健康を守る会) (介護老人保健施設ふれあい)
平日9:00～16:00 平日9:00～16:00

特定医療法人 健和会
介護老人保健施設 **ふれあい**

下田部
健康を守る会

特定医療法人 健和会
うえだ下田部病院

富田南・下田部
地域包括支援センター

特定医療法人 健和会
健和会
訪問看護ステーション

健和会
ケアプランセンター

かわもと
こどもクリニック

たんぼぼ薬局

↓ 会場までの地図です ↓

※当日は係が建物前にて案内しております。



かわもとクリニック2F・たんぼぼ薬局横です。