

リハビリ体操トータルヘルス教室 開催のご案内

5月から一部内容が変更しています。6回コースとし、自宅で継続出来る様に毎回資料を配布いたします。そのため資料代としまして**500円**頂戴いたします。詳しくは下記に記載があります。ご不明な点はお気軽に電話でお問い合わせください。

日時

1回/月 土曜日 14時～15時30分 (受付 13時30～)

*開催日等の詳細はお問い合わせください

場所

けやきトータルクリニック リハビリテーション室

対象

40歳以上の方で医師から運動を禁止されていない方

定員 参加費

15名程度 **申込制** (お越しいただくか電話にてお申込みください。)

*参加費; **資料代500円/1回**

期間

6回 (6か月)

⇒参加いただいた月から半年で完了するコースとなっています。
終了後も自宅で継続できるよう資料等もお渡しします。

内容

- ①健康に関するワンポイント講座
理学療法士が分かりやすくお教えします!
- ②健康チェック・体力チェック
血圧測定、筋力テストなど専門的に評価します!
- ③リハビリ体操
理学療法士が考案したストレッチや体操を行い
転倒しない健康な身体を作ります!
- ④質問・個別相談
理学療法士が日常の些細な疑問にお答えします



お申し込み・お問い合わせ

医療法人社団松恵会 けやきトータルクリニック
リハビリテーション科 相澤・大住
TEL 047-309-2299/FAX 047-309-2229
E-mail: reha@keyaki-clinic.com

