

この先も自分の足で歩くために ～今日からできる転倒予防～

8月25日 火

10:00～11:30

場 所 浜田市総合福祉センター 会議室

講 師 リハビリテーションカレッジ島根
理学療法学科 教員 古田 光 氏



ここがポイント

- ★最近、何もないところでつまづく・・・
- ★階段の上がり下がりが少し不安になってきた
そんなお悩みはありませんか？
転倒予防のコツと自宅でできる予防法を教えてください
元気で生活できる習慣を身につけましょう(^^♪

ご参加ください

浜田市在住で
≫ おおむね 60歳以上の方

≫ 参加料無料 ≫ 予約不要

