

介護、したいですか？ されたいですか？

イムス記念病院 
リハビリテーション科
主任理学療法士
服部京介

フレイルを予防して 健康寿命を延ばそう

高齢者におすすめの運動とストレッチ

6月18日(土)14時~15時半

小茂根図書館

定員先着20名

「フレイル」は
要介護一步手前の段階で
心身が老い衰えることを指します

6月5日(日)9時受付開始

カウンターまたは

電話03-3554-8801

