

参加
無料

第6回 戸塚共立健康まつり



日時

2/22 水

会場

ONE FOR ALL 横浜
地域交流施設 (定員50名)

11:00
~12:00

骨粗しょう症予防の食事
骨を強くする運動

講師

田中 裕子 戸塚共立メディカルサテライト健診センター 管理栄養士
布能 雅也 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士

13:00
~14:00

介護予防のためにできること
寝たきり予防のラクラク筋トレ♪

講師

石田 龍一 戸塚共立結の杜デイサービス下倉田 介護福祉士
森山 勇輝 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士

15:00
~16:00

腰痛について学ぼう
腰痛予防のエクササイズ

講師

廣川 直樹 戸塚共立第1病院 理学療法士
根本 絢菜 戸塚共立健康支援センター 健康運動指導士

当日は10:00~16:00に戸塚共立健康まつりを開催中

※駐車場はございません。公共の交通機関をご利用いただくか、周辺のコインパーキングなどをご利用ください。

お問い合わせ

株式会社KORU Yokohama(企画・運営)

045-864-7021

主催: 医療法人 横浜柏堤会

