



第5回 酒井病院 公開講座

肩こりについて

～肩の荷を降ろしましょう～

酒井病院は、公開講座を通して地域の皆様の健康を守り、安心して生活できるよう活動を続けています。皆様お誘い合わせの上お越しく下さい。

講義では、肩こりの原因、姿勢、家での生活で注意する事、自宅で簡単に出来る体操などをご紹介します。簡単な運動を行いますので、運動が出来る格好でお越しく下さい。

日時

平成30年 **9月29日(土)**

13:00～13:30 (受付 12:30～)

会場

酒井病院 リハビリ・健診センター1F

フルーツガーデンではないです

講師

酒井病院 作業療法士

小林良光



入場無料 事前申し込みはいりません!

会場は土足で入って頂いて大丈夫です!

連絡先：リハビリ 前田・中嶋・笠谷

TEL **079-266-8833**

(13時～15時のみ) 日曜・祝日以外

