

無料公開講座

健康な筋肉がもたらす 自分らしく生きる未来

～EMS(電氣的筋刺激装置)と運動～

講師

- ・高島平中央総合病院リハビリテーション科
- ・アデコ株式会社

2024年

5月16日(木)



5月13日(月)変更

14:40～15:40(14:20開場)

会場：徳丸ふれあい館

対象：板橋区にお住まいの60歳以上の方で
板橋区内の各ふれあい館利用証をお持ちの方

※利用証は当日どなたでも無料で発行可能です。

発行の際には健康保険証または運転免許証が必要です。
希望の方はご持参ください。

定員：24名

予約：徳丸ふれあい館
03-3934-8627 (直通)

住所：板橋区徳丸2-12-12

○東武東上線「東武練馬駅」より
徒歩8分

○国際工業バス「板橋有徳高校入口」
より徒歩3分

