

高島平中央総合病院 × 高島平1丁目町会

無料出張公開医療講座



元気に 歩き続けるために 正しい体の動かし方

「いつまでも元気に歩き続けたい」とは誰しもが願うこと。そんな願いを叶えるべく、理学療法士が身体のメカニズムに基づいた元気に歩き続けるためのポイントと普段の生活で取り入れられる簡単な運動方法をお伝えします！

講師 ➡ 高島平中央総合病院 理学療法士 久保田 直人

4月15日(月)

13:30 ~ 14:30 (開場 13:00)

会場

高島平第六小学校内
はすのみ教室

東京都板橋区高島平1-50-1

- 上履きを必ずお持ちください
- 予約不要です 当日は直接上記会場へお越しください
- 高島平1丁目町会との共同開催ですが、高島平1丁目以外にお住まいの方ももちろん大歓迎です！