



お家で出来る 腰痛予防体操



【開催日】令和6年7月26日(金)

【時間】 13時30分～15時
(受付 13時00分～)

【講師】医療法人 清和会
介護老人保健施設 清和苑
理学療法士 千田 拓矢 氏

【場所】水沢真城地区センター 和室

【対象】在宅で介護をされている方、
介護に関心のある方、リフレッシュしたい方、
どなたでも参加可能です。

【申し込み】電話またはFAXでお申し込み下さい。

参加費
無料

定員
30名
程度
(先着順)

【申し込み先・お問い合わせ先】

地域包括支援センターみずさわ南
奥州市水沢上姉体二丁目1番7号

TEL:0197-47-3908 FAX:0197-47-3909