

ローソン 体操教室・講座

場 所：ローソン練馬北町二丁目店 イートインコーナー（北町2-23-15）

時 間：10:00～10:45

日 程	内 容	申込開始 定員: 8名
9月18日（木）	『健康のための生活習慣』 講師：アイランド薬局練馬平和台店 管理薬剤師	6月19日（木）
10月16日（木）	「自宅でできる転倒予防体操」 講師：光が丘リハネット専門職 理学療法士	9月18日（木）
11月20日（木）	「自宅でできる転倒予防体操」 講師：光が丘リハネット専門職 理学療法士	10月16日（木）
12月18日（木）	「終活について知ろう」 講師：東京都行政書士会練馬支部 行政書士	11月20日（木）
R8年 1月15日（木）	「終活について知ろう」 講師：東京都行政書士会練馬支部 行政書士	12月18日（木）
R8年 2月19日（木）	「自宅でできる転倒予防体操」 講師：光が丘リハネット専門職 理学療法士	1月15日（木）
R8年 3月19日（木）	「自宅でできる転倒予防体操」 講師：光が丘リハネット専門職 理学療法士	2月19日（木）

- ★体操教室に参加される方は、フェイスタオルをお持ちください。
- ★37.5度以上発熱、体調不良のある方は、ご参加いただけません。
- ★会場内では、マスクの着用をお願いいたします。
- ★悪天候や都合により変更になる場合があります。
- ★定員になり次第締切とさせていただきます。
- ★参加は無料です。



お申込み、お問合せ下記までご連絡下さい。

【申込み先】 北町地域包括支援センター
電 話：03-3937-5577