



社会福祉法人 常陸大宮済生会 茨城県済生会

常陸大宮済生会病院

なでしこ健康講座 開催のお知らせ



一緒に体操しませんか



日 時 1月14日(水) 13:30~14:30

場 所 美和 ささの湯

内 容 ・「肩こい解消予防体操」

講師:常陸大宮済生会病院
理学療法士

・「あなたの身体の筋肉量・体成分・
肥満指標を測ってみましょう」

※身長、体重を測ってきてください。

講師:常陸大宮済生会病院
臨床検査技師

お申込み不要!

どなたでもご参加いただけます。

当日、直接会場へお越し下さい。

＜お問合わせ先＞

常陸大宮済生会病院 医療福祉相談室

☎0295-52-5151(代表) 担当:本田・小野瀬