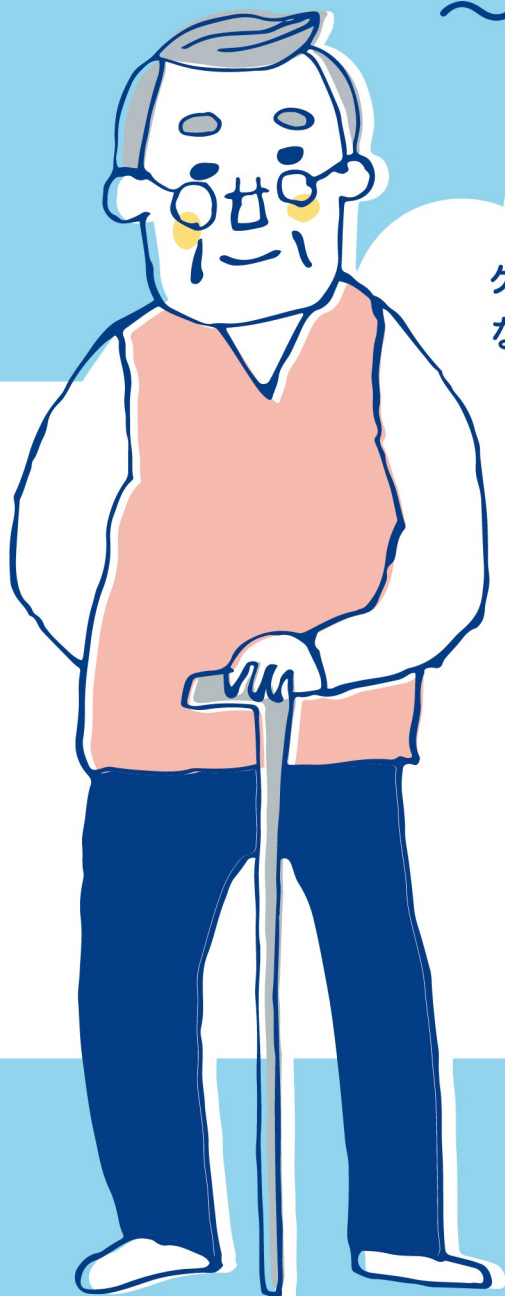


ころ
「転ばぬ
つえ
先の杖」



～家庭で出来る
骨折予防～

ケガをしにくい体づくり、骨折予防に
なるストレッチや運動などについて



日時

令和4年11月19日(土)

13:30～15:00 講演

会場

来夢21図書館 1階ホール

定員

20名(申込順)

講師

岩見沢市立栗沢病院 理学療法科

山崎 延介 さん

申込方法

来夢21図書館カウンターまたは
お電話にて11月1日(火)より
募集受付

- 先着順/定員になり次第締め切りとなります。
- コロナ対策として緊急事態宣言等の場合は中止となります。