

あしごろうリハビリ教室 参加者募集のお知らせ



あしはらの園では、「地域連携サービス」の一環として、下記により芦刈町及びその周辺にお住まいの60歳から70歳代の方で、自立されている方を対象に、健康増進・体力維持向上のための体操・運動などを行いますので、ご参加ください。体力テストを数か月ごとに計画し、自宅でも行える簡単な筋力トレーニング、ストレッチ等についても行います。

参加者の能力・状態にあわせ、安全等にも熟知した理学療法士を中心に行います。



施設全景



デイホール

記

日 時	平成27年10月~平成28年3月 (月1回、第二または第三日曜日、午前中1時間程度)
場 所	あしはらの園 デイホール
募集人数	20名 (申し込みの多い週で先着順)
参加料	無 料

- ・送迎は致しませんのでご了承ください。
- ・申し込みはあしはらの園事務室まで。
- ・または <http://www.harano-clinic.org/ashihara/> から

社会福祉法人 六親福祉会 **あしはらの園**

TEL. 0952-51-5033