

# 健康教室のご案内

健康寿命を延ばすため  
のからだ作りについて  
～運動編～



※ 当日は、体操を中心に行いますので  
動きやすい服装でお越し下さい。

---

日時：8月22日（木）14：00～

場所：札幌ひばりが丘病院

1階ロビー

理学療法士：中野渡 靖

