

健康教室開催のお知らせ

皆さま暑い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか。

久しぶりに、健康教室を開催させていただくこととなりました！

今回のテーマは、『**ロコモ予防のための健康行動 2024**』です！

健康寿命を延ばすことにも関係あるロコモティブシンドロームのチェックと、予防効果の期待できる運動を一緒に行い、運動効果・手軽にできる歩行量と疾病予防効果について、同時にお伝えさせていただきます。

是非この機会に、皆様お誘いあわせの上、奮ってご参加ください！

日時：令和6年9月7日（土）

14:00 ~ 15:00

場所：みつわ台総合病院外来ロビー

定員：30名（※）定員になり次第、締切

服装：ズボンなど、動きやすい服装



第60回 みつわ台総合病院健康教室 参加申込用紙

下記に必要事項を記入し、『南館1階総合受付』または『東館1階入院受付』の申込箱へお入れいただくか、『FAX (043-290-0632 みつわ台総合病院)』までご送付ください。

フリガナ		電話番号	
氏名		住所	

※ 新型コロナウイルスの感染状況により、中止になる可能性がございます。予め、ご了承ください。