

転ばぬ先の知恵

～ 今日から始める介護予防術 ～

『いきいき百歳体操』をご存じですか？

高齢者の筋力向上を主な目的として高知市で考案された体操です。
ぜひこの機会に当院のリハビリスタッフと体操に挑戦してみましょう！
講座のあとは、健康や生活に関する相談会を予定しています(自由参加)。
ぜひお気軽にお申込みください。

日付 ▶ 2025年 9月22日 (月)

参加費 無料！

時間 ▶ 13：30 ～ 14：30

場所 ▶ 済生会川口総合病院
東館 地下1階 講堂

人数 ▶ 先着 50名



【 下記のいずれかでお申込みください 】

- ① QRコードより必要事項を入力
- ② 下記の電話番号まで電話
- ③ 済生会川口総合病院 本館 1階 相談室まで来室



問い合わせ先 ▶ 医療福祉事業課 りゅうこう 柳光・吉田

電話番号 ▶ 048-253-8927 (平日9：00～17：00)