

第3回健康教室

1/26(木)

午後2時～3時

転ばない体づくり ～転倒予防のコツ～

転倒予防のコツをレクチャーするとともに、転倒予防につながる簡単な体操の実演をします。転倒しない体づくりを目指しましょう。

【場所】八広地域プラザ 吾孺の里 2階 大会議室

【参加費】無料 【定員】先着60名

【持ち物】無し ※動きやすい服装（簡単な体操をします）

【講師】東京都済生会向島病院 大木英明氏（理学療法士）

【申込期間】平成28年12月21日（水）～平成29年1月24日（火）

※空きがあれば当日の申込みも受け付けます。

【申込方法】お電話(03-6657-0471)、または1階受付にてお申込みください。キャンセルされる場合は1月24日（火）までにご連絡ください。

※年末年始 12/29～1/3、1/16（月）は休館日です。



交通機関

- ◎京成押上線「八広駅」下車
はなみずき通り方面出口 徒歩7分
- ◎墨田区内循環バス 北東部ルート
 - ⑬「東墨田二丁目」下車 徒歩3分
 - ⑭「八広（八広駅）」下車 徒歩5分
- ◎都バス
 - 錦37「八広六丁目」下車 徒歩1分
 - 上23「東墨田二丁目」下車 徒歩3分

墨田区八広地域プラザ「吾孺の里」



〒131-0041 東京都墨田区八広4-35-17

TEL: 03-6657-0471

URL: <http://www.azumanosato.com>