

東部医療講座

ロコモとりハビリ



ロコモティブシンドロームとは、「運動器の障害」により「要介護になる」リスクの高い状態のことをいいます。運動の習慣のない方には、誰にも起こり得る症状です。要介護にならないために、何をすればいいのか。

ロコモとりハビリについて、専門家からお話を聞きます。

7/24火

日時 : 7月24日(火) 14:00~15:30

場所 : 東部生涯学習センター 第3集会室

講師 : 静岡徳洲会病院

対象 : どなたでも 30人

会費 : 無料

申込み : 7月10日(火) 10:00~

電話で東部生涯学習センターへお申込みください。

東部生涯学習センター

〒420-0803 葵区千代田七丁目 8-15

電話 : 054-263-0338

指定管理者 静岡市文化振興財団共同事業体

<http://sgc.shizuokacity.jp/>