



健康都市やまと

健康普及委員からのお知らせ

ひざ関節痛予防講座

- 変形性膝関節症の治療・対策について
- 膝関節痛の予防運動
- 参加者の皆さんの姿勢・筋肉チェックがあります。

お気軽にご参加ください。ヤマトン健康ポイントが3P付きます。

- | | | | |
|----|------|-----|----------------------------------|
| ★日 | 時 | ... | 12月16日(土)10時00分～11時00分 |
| ★場 | 所 | ... | つきみ野自治会館(一階集会室) |
| ★講 | 師 | ... | 伊豫岡 奈々氏
みどり野リハビリテーション病院 理学療法士 |
| ★ | 募集人数 | ... | 20名程度(予約が必要です) |

《お願い》 ○コロナの状況によっては中止もあり得ます。予めご了承ください。

○駐車場がありませんので、お車での来場はご遠慮下さい。

★お問い合わせ・お申込みは下記の健康普及員までご連絡下さい。

佐藤 (090-7826-2316)

鈴木(080-1035-1782)

事務局:大和市健康づくり推進課

※このイベントは大和市民が対象です。