

主催：三郷市地域包括支援センター「ひこなり北」

## 第25回

…心身ともにリフレッシュ…

# すこやか健康講座

～健康について一緒に考えましょう！～

第25回は…

## 予防体操 ～腰痛について～

介護老人保健施設 三郷ケアセンター  
理学療法士 三上 和希



開催日時

平成30年4月18日(水)  
午後 2:00 ～ 3:00

開催場所

ほっとサロン いきいき

…お問い合わせはこちらへどうぞ…

三郷市地域包括支援センター  
「ひこなり北」

三郷市彦成3-7-7-104  
☎ 048-950-6777

医療法人社団 愛友会  
介護老人保健施設 三郷ケアセンター

三郷市南蓮沼260-2  
☎ 048-953-6161