

# ばらんすアップで 転倒予防！

何事も何事もバランスが大切です！  
かんたんな体操で身体のバランスを  
整えて、冬の転倒予防をしてみませんか？ ※理学療法士が指導いたします。



平成27年

1月22日(木) 10時~12時

会場：鎌倉リハビリテーション聖テレジア病院  
聖マリア棟 3階会議室

対象者：鎌倉市内在住の65歳以上の方

定員：30名(予約制・先着順) ※参加費無料

お問い合わせ・申し込み先

地域包括支援センター聖テレジア

電話

38-1581