



第1回健康体操 (TDP) 企画より

GO-EN 健康体操

- 日時 | 2019年6月11日 (火曜) スタート! (毎週火曜3ヵ月間)
- 場所 | 出雲医療生活協同組合 本部2階
- 内容 | 13:30~ 受付開始、血圧測定など
14:00~15:00 健康講座 (専門職がすすめる運動や栄養)
※3ヵ月継続企画 全12回
膝痛や腰痛、肩痛予防・生活習慣病予防・虚弱予防など開催
- 講師 | 出雲医療生活協同組合 理学療法士
- 対象 | 出雲医療生活協同組合員 (※当日入会も可能)
3ヵ月継続して参加いただける方
- 参加費 | 1回500円 全12回チケット5,000円 (1,000円お得です)
- 定員 | 15名 (先着順とさせていただきます)
- ×切 | 2019年6月7日 (金曜)
- 申込 | 下記連絡先まで、企画参加の旨を伝え、
①氏名、②年齢、③連絡先をお伝えください
- 連絡先 | 出雲市民病院 総務課 0853 (21) 2735
※平日9:00~17:00にご連絡をお願いします
- 主催 | 出雲医療生活協同組合 健康づくり企画広報室