

体操教室開催のご案内

この度、村井クリニックにて体操教室を開催することになりました。
月に1回の開催を予定していて、どなたでもお気軽にご参加頂ける
ものにしたいと思っております。体操をしたい！という方はもちろん、
誰かと楽しくお話しをしたい方など、地域の皆様の“通いの場”“コ
ミュニティの場”としてぜひご活用ください！

日時： 毎月 第1水曜 13:00～14:00

会場： 村井クリニックリハビリ室

参加費： 無料！どなたでも参加できます！

講師： 村井クリニック リハビリスタッフ

《開催日》

12月2日(水)『認知症予防体操など』

令和3年

1月6日(水)『体力測定・ラジオ体操など』

2月3日(水)『肩こり予防体操など』

3月3日(水)『簡単棒体操など』

※内容は変更になる事があります

