

健康講座

知らないと怖い

せきちゅうかんきょうさくしょうこうざ

脊柱管狭窄症講座

～真逆なことをしないために～

ご自身で判断して行った対処法が逆効果になることが良くあります。
原因や運動療法を学んで対処しましょう。

- 日時 平成30年 9月26日(水) 13時30分～16時
講師 十日市場整形外科内科医院 診療部長 佐藤 猛 先生
会場 老人福祉センター横浜市緑ほのぼの荘 機能回復訓練室
対象 横浜市在住の60歳以上30名 先着順
参加料 無料(動きやすい服装でお越しください)
申込方法 8月29日(水)から緑ほのぼの荘へ
電話もしくは直接来館の上、お申し込みください。

電話 045-985-6323



老人福祉センター
横浜市

緑ほのぼの荘

住所 横浜市緑区十日市場町825-1

開館時間 午前9時～午後5時

(受付は午後4時45分まで)

休館日 毎月第3月曜日

担当 野村