

30代からのカラダ教室

～カラダの老化を防いで、健康寿命を伸ばす～

40代から始まっている認知症を予防し、
老老介護&介護離職を防止する為、
ぜひ、ご夫婦・親子でご参加下さい。
作業療法士が、

あなたの身体の状態を確認してアドバイスをしたり
柔道整復師が、
あなたに合ったストレッチを教えます。



講師：液野 竜彦（えきのたつひこ）

医療法人積仁会旭ヶ丘病院にて作業療法に従事。

資格 作業療法士、上級救急技能認定、ホームヘルパー2級

柴田 峰行（しばみねゆき）

有限会社総合リハビリ研究所に勤務。

資格 針師、灸師、あん摩マッサージ師、柔道整復師

公益財団法人埼玉県体育協会スポーツ科学委員会トレーナー委員

日 時：4月22日(日) 11:00～11:40
5月20日(日) 11:00～11:40

会 場：特別養護老人ホームみどりの風鶴ヶ島
鶴ヶ島市上広谷543-1

参加費：1,500円（個別相談15分 500円）

*初回のみ、体験参加無料

個別相談：15分 500円

定 員：5名

対 象：30代以上の方

お申込み・お問合せ 特定非営利活動法人こっこの会

HP <http://tsurugashima.kokkonokai.org/>

✉ kokkonokai.tsurugashima@gmail.com

☎ 049-282-1724（平日 13:00～16:00）

