10月のご案内

足立病院　健康クラブ

めざせ健康長寿

日　時：　1日（木）、2日（金）
8日（木）、9日（金）
15日（木）、16日（金）
22日（木）
29日（木）、30日（金）

※23日（金）は都合によりお休みします

13時30分～14時30分

場　所：研修室（旧リハビリ室）

楽しく、運動、コミュニケーション

「認知予防・誤嚥予防・ロコモ予防」
・歌リズム拮抗体操・嚥下体操etc

健康長寿の　3つの柱「体力」「食生活」「社会参加」

足立病院に受診されてない方も是非ご参加ください。
多数の参加、お待ちしております。
無理せず、お暇なときにご参加ください。

問合せ先　　足立病院　病院管理室　大橋　まで
0568－31－2195