

転倒予防教室

テーマ 『転ばぬ身体づくり』

～歩行に必要な筋力・バランスを知り、よりよい歩き方を考える～

日時

令和7年1月21日(火)

10:00～11:00 (受付9:30～)

場所

飯坂支所 2階大会議室

参加費
無料

講師

リハビリ南東北福島 理学療法士 吉田翔一氏
あづま脳神経外科病院 理学療法士 沼崎康友氏

持ち物

飲み物

転倒予防のために歩行のなかで必要な筋力やバランスを高める運動を一緒に行います☆



申し込み

令和7年1月14日(火)までに

下記へお申し込み下さい。

福島市飯坂北地域包括支援センター
TEL 024-573-6077

