

2022年度 おりづる健康増進教室 いきいき健康教室

「健康」について一緒に考えてみませんか！！

健康的に生活するために様々な知識を一緒に身につけましょう
生活習慣病・腰痛・膝痛・糖尿病・認知機能・食生活など講義
講義に関連した運動指導・実技 など 予定しています。

日時：年6回 13:30～15:00（開催日・内容は以下に記載）

場所：スポーツ交流センターおりづる会議室

対象：興味のある人

定員：各回 15名（先着順）

申込は受付・教室募集 QRコード等から
実施日前月1日から参加者募集します



次回のいきいき健康教室は…

8月10日（水）

講義：運動習慣と転倒予防について

実技：転倒を予防する運動

◆◆問い合わせ◆◆

広島県立障害者リハビリテーションセンター スポーツ交流センターおりづる

広島県東広島市西条町田口295-3

TEL：082-425-6800 FAX：082-425-6789

担当：富田・横山

