

参加
無料

いちむじん+
NK PLUS

リハビリ体験

7月24日(水)の10:00~12:00まで、理学療法士によるリハビリ体験を開催いたします。

肩こりや腰痛、膝の痛みでお困りの方・運動をしたいが
どのような運動をしたら良いか分からない方はいらっしゃいませんか？

身体機能の回復を図り、社会復帰の手助けをするスペシャリストである理学療法士が、
実際に身体の不調や痛みの改善に役立つアドバイスをさせていただきます。

ご予約は不要です。是非この機会にご参加ください。



体験日時

体験場所

体験時間

7月24日(水)
10:00~12:00

いちむじん+

10分間

体験内容

※体験当日は動きやすい服装で参加ください。
※ご参加いただいた方にお茶をご用意しています。

ご希望に合った内容を体験していただきます。

肩こり予防体操

腰痛体操

膝関節痛予防体操

転倒予防体操

体力チェック

運動不足の方へのアドバイス



講師

西川 秀一郎 氏

リハビリ室 管理者・理学療法士・
福祉住環境コーディネーター2級



講師

池村 舞也子 氏

理学療法士

体験
参加方法

事前の参加お申し込みは必要ございません。

当日は**先着順**に体験リハビリを受けていただきますので、
皆様のご参加お待ちしております。

医療介護相談サポートセンター

いちむじん+
NK PLUS

〒590-0014 大阪府堺市堺区 田出井町1-1

ベルマージュ堺206-4

Tel:072-260-9963 Fax:072-260-9953

WEB /

