



医療法人 社団 阿星会

甲西リハビリ病院

参加費無料

先着 15 名様

令和7年度 甲西リハビリ病院 健康教室

あぼしふれあいサロン

日時

2025 年 10 月 11 日(土) 14:00~15:30

(病院受付開始 13:30~)

会場

甲西リハビリ病院 1F 図書研究室

内容

年齢に負けない！カラダが喜ぶ栄養素の摂り方

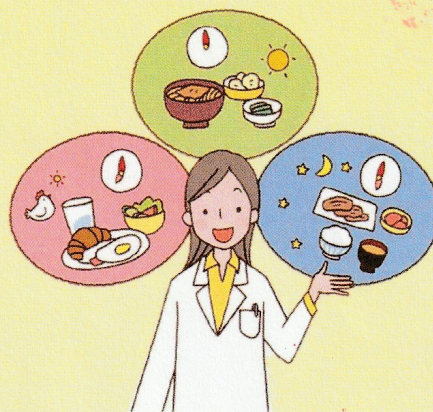
年齢を重ねるごとに不足しがちな栄養素はご存じですか？

食事に上手に取り入れて元気に過ごせるカラダ作りを目指しましょう！

動いて育てる！筋肉と骨の健康習慣

筋肉も骨も、じっとしていたら育たない！

家でもできる運動習慣をお届け。



申し込み方法

下記の申込書を記入の上、受付窓口へ提出又はお電話・FAXにて

TEL:0748-72-2881

FAX:0748-72-4923

担当者:加保

あぼしふれあいサロン申し込み用紙

お名前:

お連れ様:

ご連絡先(電話番号):