

令和8年8月の健康教室 開催いたしました

足の健康 ～関節・運動について～ リハビリテーション部

地域の皆様 ご参加ありがとうございました



新規12名を含む

計38名の方に

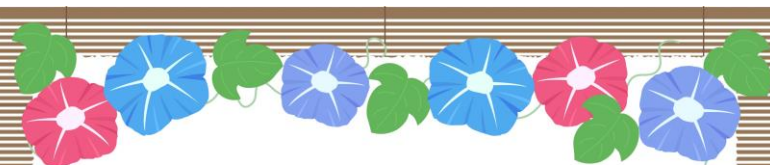
ご参加いただきました。

実演を交えての講義
皆さん真剣にきかれていました。



参加されたみなさんの声

- ・普段から気になっていた関節の疑問がわかりました。
 - ・とても勉強になりました。ストレッチと筋トレは今日からしたい。
 - ・家事をしながらの運動。ながら運動は是非したいと思いました。
 - ・筋トレの実演がわかりやすかったです。
- ありがとうございました。。



次回 健康教室のご案内

令和8年9月17日(木)

肝臓の働きと動き

～肝硬変・肝炎・脂肪肝～

副院長 南 祐仁



社会福祉法人
あじろぎ会 宇治病院