



いざ！健康長寿へ！

ダルマ教室

平成29年度 年間申込み用紙

●参加を希望される日程の枠に「○」を入れて下さい

4月14日(金) 口コモ		10月13日(金) 肩痛予防	
5月12日(金) 口トレ		11月10日(金) バランス力低下予防	
6月9日(金) 首・肩こり予防		12月8日(金) 免疫力低下予防	
7月18日(火) 自分の身体を知ろう		1月12日(金) 腰痛予防	
8月31日(木) 誤嚥予防		2月9日(金) 膝痛予防	
9月25日(月) 認知症予防		3月9日(金) アンチエイジング	

12時45分1階総合受付前集合、受付開始

時間…13時～13時45分 講師…健康運動指導士

変更の場合は下記へご連絡下さい

玉島中央病院:086-526-8111 リハビリテーション課迄

さしり

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	----	----	----

お名前:

電話番号: