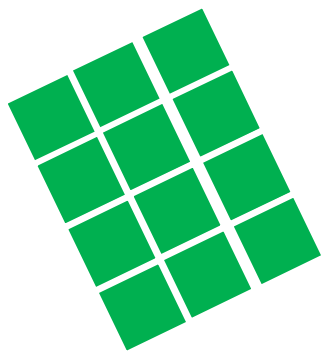


歩く脳トシ!

楽しみながらできる —

転倒予防&認知機能向上のためのエクササイズ



スクエアステップ

& 介護相談

日時 9月28日(土)
10時00分~11時00分

会場 灘診療所・つどい
(灘診療所4階)

参加費 無料 ※定員 25人 (申込制)
持ち物 運動ができる服装、
室内用靴(靴下でも可)

指導は、特定非営利活動法人スクエアステップ協会認定の指導員がおこないます。



ステップパターンを見て覚えて間違えないように足踏み(ステップ)

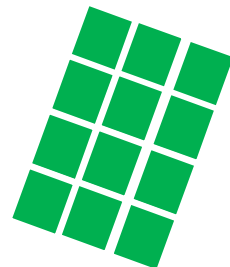
お申込み、お問い合わせは下記まで

ろっこう医療生活協同組合

電話 078-802-3424(月~金 9時~17時)

ファックス 078-802-1649

Email yoshino@rokko-mcoop.or.jp 神戸市灘区水道筋6-7-11



当日朝7時現在、「神戸市」に大雨、暴風等の警報が発令中の場合は中止とします。