第２回リハビリ教室

フレイルを予防しましょう！

参加無料

〇日時：12月19日（火）

15：30～16：00

※教室前にリハビリをご希望の方は、15：00までにご来院ください。

〇内容：① あなたはフレイル？

② 『かんたん体操』でフレイル予防！

※令和５年９月27日に開催した内容とおおむね同様です。

※予約制となります（５名）。

ご希望の方はお近くのスタッフまでお声がけください。