

がんばらなくてもできる！

# 転倒予防のコツ伝授教室

転んで骨を折ると、入院治療が必要になったり、歩きづらくなって、生活が不自由になることがあります。日々の暮らしを楽しむために、転倒事故をできるだけ避けたいものです。ちよつとしたコツを覚えて、転ばないようにしましょう。がんばらなくてもできますよ。



◎ 月 日 (曜日) 時 ~ 時 ◎当院にて開催します