

第2回

# 東取手病院 リハビリ公開講座

ロコモを予防していつまでも自分の足で歩ける体を作ろう

2018年

2月10日 土 13:30-15:30

会場：東取手病院 2Fリハビリテーション室  
取手市井野268

## ◆ 講座内容

「ロコモティブシンドロームとは」

機能チェックメニュー

- ・ 2ステップ
- ・ タイムアップ&ゴー
- ・ ファンクショナルリーチ

当院の理学療法士・作業療法士が体力を測定し、予防体操を行います。

ぜひ、ご参加ください！

※ご希望の方には、4週間後に再評価を行います。

運動しやすい  
服装と靴を  
ご用意下さい



## ◆ 申込み詳細

参加費：無料

定員：先着20名

申込み：下記電話番号へご連絡ください

受付時間 9:00~17:00 ※日・祝祭日を除く

主催

東取手病院

後援

取手市

お申込み  
電話番号

東取手病院 総務課

TEL: 0297-74-3334