

# 外反母趾・扁平足予防の



## 講話と体操



外反母趾、扁平足について理解を深めて、  
予防のストレッチと体操をしてみませんか。

日 時：1月8日（木）

13:30～14:30

場 所：2階 多目的ホール

定 員：先着60名（申込制）

内 容：外反母趾・扁平足について  
の講話と簡単なチェック、  
予防のストレッチと体操

持ち物：動きやすい服装、飲み物

申 込：12月11日（木）～

定員になり次第終了

講 師：有限会社 総合リハビリ研究所  
リボン結<sup>ゆい</sup>訪問看護ステーション  
理学療法士 原 泰裕 先生

