

健康教室の12月スケジュール

開催時間14:00~15:00

令和6年12月5日(木)

「腰痛・肩こりの傾向と対策」

～いつでもどこでもできる体操と生活習慣～

リハビリテーション科 埴原 康永



令和6年12月11日(水)

「骨粗鬆症について」

整形外科 部長 高井 大樹



令和6年12月19日(木)

「免疫を高める食事」

栄養科 菅原 侑子



令和6年12月27日(金)

「肺のはなし」

呼吸器内科 部長 吾妻 安良太



リハビリ体操

「みんなができる美原健康体操」

リハビリテーション科

場所：新所沢東公民館 まちづくりセンター（所沢市美原町1丁目2922番地の16）

詳細はホームページまたはチラシ（病院または公民館）をご参照ください

参加費無料

お問い合わせ先 所沢美原総合病院 TEL：04-2997-8199（代表）

担当：住谷、小島