

第1回公開講座

# 転倒予防のコツ！

～バランス命！自由を楽しむバランス感覚！～

2024

7/6

公開講座第1回目は**転倒予防のコツ**です！  
身近な危険から身を守るコツお話しします。  
さらに皆さんの**バランス機能**を測定するコーナーも  
予定しています！  
元気でいる今だからこそ転倒予防始めませんか？  
皆さんのご参加をお待ちしています！

時間 13:30～15:00

場所：永寿総合病院  
多目的ホール



対象：どなたでも参加可能

参加費：無料

▶要予約 お電話にて。直接のお申し込みもOKです。  
(直接のお申し込みは3F リハビリテーション室まで  
お越しください)

動きやすい服装でご参加ください！

☆お申込み、  
お問い合わせはこちら  
永寿総合病院  
リハビリテーション科  
電話 **03-3833-8404**  
月～金 9:00～16:00