

今日から始める健康習慣

～こんな人はフレイル予備軍!?～



フレイルとは病気ではないが年齢とともに心身の活力が低下していく状態のことです。

いつまでも元気で自分の事は自分でしたい! 家族や友人との外出や趣味を継続したい!
今日から始められる健康習慣について理学療法士がお伝えします。

9.29 月 18:00-19:00

受付開始
17:30

講師

永寿総合病院柳橋分院 リハビリテーション科
理学療法士 曾我剛史

会場

柳橋リハビリテーションセンター

※当日は必ずマスクをつけてご参加ください。

発熱・風邪症状のある方は、ご参加いただけません。

ご予約不要!

どなたでも
ご参加ください

アクセス JR浅草橋より7分!

回復期リハビリテーション病棟と医療療養病棟を
もつ地域密着型の病院です。



☎ 03-3851-9375



公益財団法人ライフ・エクステンション研究所付属

永寿総合病院 柳橋分院