

はくあい ロコモ教室

Let's enjoy sports!

2025年 10月～リニューアル
平日・木曜開催へ

「はくあいロコモ教室」に参加してみませんか

運動する機会や習慣がない方 誰かと一緒に運動したい方など
関節の柔軟性向上を目的とした運動をおこないます！

日時 会場	■ 第2週・第4週目の木曜日 10月 9日・23日　11月 13日・27日 ■ 14時30分～15時30分 ■ 病院2階 職員食堂「ランチパーク博愛」
参加費	500円　なるべくお釣りのないようにご準備お願いします　500
持ってくるもの	■ 飲み物やタオル ■ 運動しやすい服装 ※ スカート＆ストッキングはご遠慮ください



特定医療法人財団 博愛会 博愛会病院

問い合わせ先 地域活動支援室

電話741-2626 担当 宮口（みやぐち） / 冨永（とみなが）

いっしょにたのしく運動しましょう！

