

# 3/8 (日)

## 参加 無料

ねえねえ。  
あなたの**骨**元気??

特に**骨密度**が低下しはじめる

40代、50代の方必見!!

えー  
元気だと思うけど。

時間: 14:00~15:30

対象: どなたでも

場所: ザ・タワーくまさん整形外科 定員数: 15人

40代から始まる

**骨ケア**



将来

寝たきりにならない為  
にチェックする項目



骨を丈夫にし

健康寿命を伸ばす

ウォーキングのコツ



くまさん整形外科主催



講師



整形外科 看護師  
星 めぐみ・中西 陽子  
骨粗鬆症マネージャー



整形外科 理学療法士  
仲佐 壇  
フットポスチャースペシャリスト

お申し込み

先着 15名程度  
QRコードよりお申し込みください

お問い合わせ

ザ・タワーくまさん整形外科  
046-876-9032  
受付時間 14:00~17:30

