

第26回 八王子山王病院
市民公開講座

参加無料
予約制

先着40名

力強く 歩くために

日時

11月13日 水

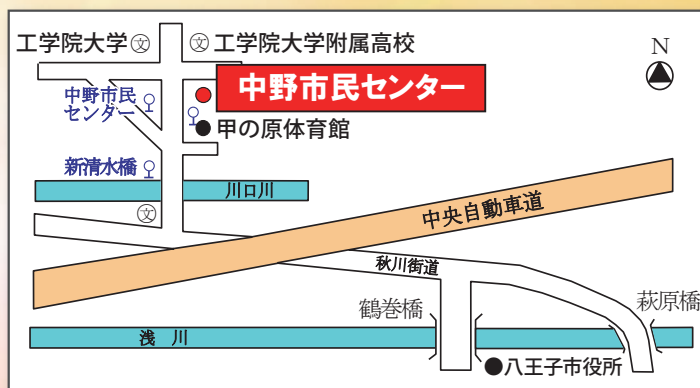
開場 13:30

14:00~15:00

場所

中野市民センター
第1・2会議室

【八王子市中野町2726-7】



駐車場には限りがございます。公共交通機関をご利用ください。

① 講演

14:00~14:20

骨折に負けない骨と身体づくり方

講師 八王子山王病院 整形外科 部長 渡邊 伯夫



② 体操

14:20~14:40

健康体操

講師 八王子山王病院 リハビリテーション科 唐木 晃一



③ 相談

14:40~15:00

個別相談

■ 共催／八王子市高齢者あんしん相談センター中野 ■ 協力／八王子市高齢者あんしん相談センター 加住・八王子市高齢者あんしん相談センター 川口

予約
受付

高齢者あんしん相談センター中野
ご不明な点がございましたらご連絡ください。

☎ 042-620-0860
月～土 9:00～17:30(日・祝休み)