

# 元気ハツラツ教室2022

## in Motore

**開催日** 2022年11月から月に1回開催 毎月第3土曜日14:00~14:40

**場所** 井野口病院 3階地域交流コミュニティスペース「Motore (モトレ)」

**定員** 10名

参加費  
無料

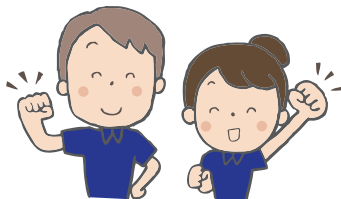
### 開催スケジュール

日程	テーマ	担当
2022年 11月19日(土) 14:00~14:40	骨粗しょう症による骨折予防のために	理学療法士
12月17日(土) 14:00~14:40	転倒予防のために座ってできる体操(1)	理学療法士
2023年 1月21日(土) 14:00~14:40	認知症予防のための「頭の体操」	作業療法士
2月18日(土) 14:00~14:40	口から食べる力をしっかりつけよう「口の体操」	言語聴覚士
3月18日(土) 14:00~14:40	転倒予防のために座ってできる体操(2)	理学療法士

新型コロナウイルスの感染拡大防止対策を実施のうえ、開催いたします。

- ▶ 発熱・咳・鼻水などの風邪症状がある場合は参加をお控えください
- ▶ 感染防止対策のため、マスク着用にご協力ください。
- ▶ 新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況によっては、開催を延期させて頂く場合がございます。

体操は無理のない範囲で  
ゆっくり行っていきましょう!



### MAP



社会医療法人 千秋会  
**井野口病院**

お問い合わせ先: リハビリテーション科  
(代表) **082-422-3711**

井野口訪問看護ステーション  
井野口在宅支援センター