

四十肩・五十肩に ならないために

みなさん、肩が痛いと感じたことはありませんか？
今回は理学療法士が四十肩・五十肩とはなんなのか。その予防方法
と対処法についてお伝えします！

【日時】10月17日(月) 13:30~15:30

【場所】中央公民館・講座室

【対象・人数】18歳以上・20名 *超過の場合、抽選

【講師】小室 悠作氏

(けやき台整形外科クリニック理学療法士)

【参加費】600円(講師謝礼・資料代)

【持ち物】フェイスタオル・飲み物

【申込方法】往復はがきに「講座名・氏名・住所・電話番号・
年齢(年代)」を記入し、郵送。

または、中央公民館窓口へ返信用はがきを
持参して申し込む。 **9月29日(木)必着**



☆申込・問合せ先☆

守谷市中央公民館

〒302-0110

守谷市百合ヶ丘2-2540-1

☎ 48-6731



【コロナウィルス感染症対策】

- ・館内はマスク着用をお願いします。
 - ・当日、体調のすぐれない場合は参加をご遠慮ください。
 - ・感染状況により、講座を中止する場合があります。
- 皆さまのご理解、ご協力お願いいたします