

肩・腰・ひざの相談室 ミニ講演会

活動的なあなたに・・・

さらば腰痛！！

スタジオ-アクトで  
自立支援を担当されている  
**理学療法士 友野晴元先生**に  
腰痛症対策について  
実技を交えてお話しいたします。  
木々のみどりがまぶしい季節、  
腰痛とさよならして、  
元気に出かけましょう！



・日時： **5月15日(月)**

**13:30～14:30**

・場所： **ららぽーと北館3F**

**まちの健康研究所「あ・し・た」前**

・予約不要、無料、どなたでも



※ 今月は「肩・腰・ひざの相談室」のかわりに、  
本講演会を開催いたします。

まちの健康研究所「あ・し・た」