

今日からできる！ 糖尿病予防に役立つ運動のヒミツ

—高村病院提携講座—

12月9日(火)
14時30分～16時00分



血糖値が気になるけど何をすればいいのかわからない・・・そんな方のための講座です。血糖値に関する運動にはいくつかの秘密が隠されています。今回は糖尿病の基礎知識や糖尿病予防に役立つ運動のコツなどを実践しながら学べます。これからの毎日に少しずつ取り入れて健康な毎日を送りましょう。



高橋一貴



角樋透

- 場 所 時とみどりの交流館(峰塚公園管理棟)
〒583-0854 羽曳野市軽里2-85-1 木曜日休館
- 講 師 医療法人昌円会 高村病院 リハビリテーション科 ヘルスケア推進室
角樋 透(理学療法士・ウォーキング療法士)
高橋一貴(理学療法士・3学会合同呼吸療法認定士)
- 定 員 20人 ※先着順
- 受 講 料 500円
- 持 参 物 タオル・上靴・飲み物・筆記用具
※軽い運動を行いますので動きやすい服装にてお越しください。
- 申込期間 11月1日(土)～12月8日(月)
- 申込方法 来館または、電話(072-942-6647) 受付時間10時00分～17時00分
- 支払方法 時とみどりの交流館へ来館・電話
※申込に来館された場合、お支払いは同時に行っていただきます。
電話の場合は7日以内に、受講料をお支払いください。
一旦納付された受講料は返金できません。
- 主 催 (株)みのりの里

ご提出いただきました個人情報は、イベント参加、各種ご案内のためにのみ利用します。ご本人の同意なしに第三者に提供することはありません。申込時の個人情報の提供は、ご本人の任意です。個人情報の開示等に関するお問い合わせは、弊社個人情報保護管理者までお問い合わせください。
(株)みのりの里 (TEL: 072-944-5700) ※障害への配慮が必要な場合は事前にご相談ください。



アクセス

