

— 生活支援コーディネーターだより —

地域のミニ情報

令和8年 リハケア体操教室

～体力測定会～

腕が上がらない

最近腰が痛い

なんだか体が思うように動かなくなってきた、そう感じる事はありませんか？

このたび『ふだんすみなれたばしよでしあわせに』をスローガンに
リハビリケア船橋のリハビリスタッフが体力測定会を実施します。

この機会にご自身の身体について知ってみましょう♪

日程:9月6日(日)

実施時間 10:30~12:00(最終受付11:50)

受付後、いらっしゃった方から順次実施します。集団での体操教室はありません。

場所: 千葉県船橋市本町 4-8-30

介護老人保健施設リハビリケア船橋

JR 船橋駅より徒歩 5分

対象:50 歳以上

お手数ですがご予約の電話は

16時以降でお願いします。

上記以外の時間にお電話された際は
折り返しになる事了承ください。

申し込み・問い合わせ:リハビリケア船橋リハビリテーション科体操教室担当 矢口・野口・藤枝(大)

TEL 047-774-0220

※申し込み期限 8月29日(土)17:00まで

詳細は裏面を
参照ください



困っている事、不安に思っている事、お気軽にご相談ください。

本町地区社会福祉協議会 生活支援コーディネーター 大屋
電話 047-434-6556

日程:9月6日(日)

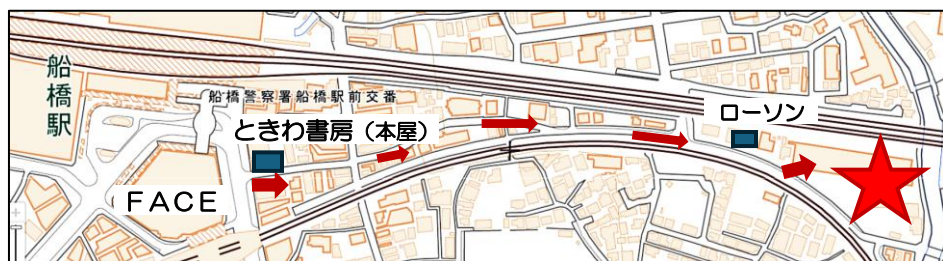
10:30~12:00(最終受付11:50) 体力測定会

受付後いらっしゃった方から順次実施します。簡単な検査を行い(握力や片足立ちなど)結果表をお渡しして終了となります。体操教室はありません。

場所: 千葉県船橋市本町 4-8-30

介護老人保健施設リハビリケア船橋 JR 船橋駅より徒歩 5 分

対象: 50 歳以上



服装: 動きやすい服装でお越しください。

持ち物: マスク・飲み物・汗拭きタオルなど

申し込み・問い合わせ:

リハビリケア船橋リハビリテーション科体操教室担当 矢口・野口・藤枝(大)

TEL 047-774-0220

※お手数ですが、予約のお電話は16時以降にお願いします。左記以外の時間にお電話された際は、折り返しのお電話になる事了承ください。

申し込み期限 8月29日(土)17:00まで

※1 日上限30名までとなっております。ご理解をお願いします。

駐車場に限りがございます。公共交通機関のご利用をお願いします。