

# さがみリハ運動教室

体力不足が気になる方・・・膝や腰の痛みが気になる

当院の理学療法士が  
運動教室を行っています！

## 教室の内容

【講義】

【体力測定】

【運動指導】

【レクリエーション】

※詳細な内容は異なる場合があります



**場所** ユノトレメゾンさがみ 1階 会議室

**日時** 毎月第3金曜日 13:00～14:00

※変更になる場合があります。詳細は予約時にご確認ください。

**持ち物** 動きやすい服装、筆記用具、飲み物、マスク、タオル

**定員** 5名(要予約)

※参加者には教室前に当院整形外科受診をしていただいております。

参加をご希望の方は外来リハビリのスタッフまでお声かけください

(予約受付時間：月曜～金曜 9:00-12:00)

さがみリハビリテーション病院 リハビリテーション科

リハ科直通電話：042-773-2022