

# 肩痛対策で介護予防

痛みの原因を理解し、運動や生活の工夫で痛みを出さない対策をしましょう！

講師 ZOO法人介護予防支援リハフィットネス大分 理事長

理学療法士 首藤 康弘 氏

実費：**100円**  
定員：30名

1月29日(火)  
13時30分  
15時30分

動きやすい服装で  
タオルと水分等をご持参ください。

事前にTELまたはFAXにてお申込みください。  
キャンセルされる場合は、必ず**10日前**までにご連絡ください。

開催場所  
申込み  
問合せ

大分県社会福祉介護研修センター（大分市明野東3-4-1）  
TEL 097-552-6888 FAX 097-552-6868

きりとり

氏名(ふりがな)

電話番号(日中連絡のとれる番号)