



# 腰痛対策で 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 NPO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

6月8日(金)  
10時~12時

実費: **100円**  
定員: 30名

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)