

いきいき健康体操



ロコモ体操



ロコモ体操開催中止等のご案内

2020/4/7

新型コロナウイルスの感染症の広がりが社会的な問題になっているため終息するまで、開催を中止することになりましたのでお知らせします。

今後の再開の確認は、下記の連絡先に問い合わせをお願いします。

大嶋クリニック 電話 072-633-0119

茨木聖書教会 電話 072-635-4074

ホームページ <http://ibarakibible.com/>

みなさんお元気ですか

上記のように、いきいき健康体操ロコモ体操教室が中止となり、人とお話を

しなくなったり、運動不足になっていませんか？

ロコモ体操教室では、教室が再開した時、お元気な皆様にお会いできる様に、

この時期でもできる運動と友人や家族との交流方法の一つとして電話等が

あることをご紹介します。ご紹介する体操等は自宅でもできる運動なので

ぜひ、ご活用ください

◇◇ 大嶋クリニック・茨木聖書教会：高齢者ケアハウス委員会より ◇◇