

令和 8 年度

いハビリなんでも相談

月に 1 回、理学療法士・作業療法士が
リハビリについての相談をお受けします。

からだの不安、まずはここで相談してみませんか？

1. 場 所：ひのき荘 会議室
2. 受付時間：9：30～11：00
3. 実 施 日：



6月12日	9月11日
12月11日	3月12日

4. 定 員：8名（先着順）
5. 内 容：血圧測定、リハビリの方法

（腰痛・膝痛予防・筋力向上など）



当日は検温とマスクの着用をお願いします。
動きやすいからだづくり、始めましょう！

問合せ先： 老人福祉センター ひのき荘

☎048-973-7903

健康づくり推進課（越谷市保健センター）☎048-960-1100