

リハビリ病院がおしえる リハビリ不要な 生活習慣作り

2025年新規スタート

ねりま けんこう 健幸学園

仲間募集

多から始める けんこう習慣

第2回/全6回

2月15日 土

13:00~15:00・事前予約制

テーマ 健康的な食習慣



対象

50歳以上
介護保険非該当の方

予約方法

QRコードもしくは
電話 (03-5935-6102)



定員

限定 5 名

料金

無料

から お問い合わせください

POINT1

学ぶ

健康診断で引っかかってしまった！
減塩ってどうしたらいいの？
プロと一緒に学んでみよう！

POINT2

運動する

運動の目的や方法
自分の身体を知って
自分に合った運動を発見しよう！

POINT3

繋がる

ひとりではなく
みんな でやるから
身につく！ 習慣になる！



私たち 大泉学園複合施設は、地域に根ざしたりハビリ病院、老人保健施設として誕生しました。そしてリハビリが必要な方のみならず 地域の皆様方の健康に寄り添う施設を目指し新たな取り組みとして「ねりま健幸学園」を始めます。皆様の 健幸（けんこう）を精一杯サポートしていきます。

僕たち
運動のプロが
教えます！

理学療法士
小笠原

作業療法士
野村

医療法人社団 健育会
大泉学園複合施設

「大泉風致地区」
バス停下車
徒歩約100M
ライフサポートねりま側
よりお越しください

☎ 03-5935-6102

平日 9:00~17:00