

学びの時間

Vol.11

ツキイチ かけそばネット



要申込
参加費
無料

理学療法士に聞く

自分でできる ストレッチ & 筋トレのコツ

いっちにーさん しっ♪



講師： 片桐 辰徳 理学療法士
(Life Up KANI)

痛みや姿勢などの困りごとを解決
するために効果的な筋トレやスト
レッチの方法を理学療法士目線
でお伝えします。
みなさん、一緒に学びましょう!



2025年 
5/20

14:00~15:00

ヨシヅヤ可児店1階

無印良品 店舗内

ミーティングルーム Room1

定員:10名

※申込多数の場合は抽選

※可児市・御嵩町在住者優先

お申込み

申込はQRコードから



<https://logoform.jp/f/BKyL9>

申込締切: 5/13(火)

お申込みは
コチラ



主 催

可児市・御嵩町
在宅医療・介護連携推進プロジェクトチーム

“かけ” つけます “そば” にいます

かけそばネット



問合先

可児市 高齢福祉課 地域包括ケア推進係
電話: 0574-62-1111

Email koreifukusi@city.kani.lg.jp



「QRコード」は(株)デンソーウェーブの登録商標です。