



社会医療法人 三宝会

平野東 図書館前病院

参加無料  
15名様限定



# 地域公開講座

今月のテーマ

## 姿勢から考える 肩こり予防

### 講師

社会医療法人 三宝会 平野東図書館前病院

理学療法士 柳 理恵子

日常生活で知らず知らずのうちに負担が重なり生じる肩のこりや怠さ。多くの方が経験されたことがあると思います。今回はその要因として考えられる生活習慣や姿勢に関する知識と、姿勢を整えて肩の負担を減らす簡易な運動をお伝えできればと思います。

日時

令和6年4月26日(金)  
14:00～

### 研修会場

平野東図書館前病院 3階リハビリ室

〒547-0043 大阪府大阪市平野区平野東1-8-9

### オンライン申込



QRコードを読み取って  
google フォームより  
お申込みください。



### お申込み・お問合せ

06-6791-5000

※ZOOM参加をご希望の方は、申込時にお知らせください。追って、ID/パスワードをお知らせします。