



2026 年(令和 8 年)

かなえる健康広場

「腰痛膝痛予防の体操」

【日 時】 **11月10日(火)** 午後 2 時～3 時

【場 所】 西区老人福祉センター1階ホール

【講 師】 リニエ訪問看護ステーション四ツ橋

理学療法士 **渡辺 匠先生**

【持 ち 物】 飲み物



【定 員】 **30名**(抽選)市内在住 60 歳以上の方

【申 込 み】 **11月2日(月)・11月4日(水)**

午前 10 時～午後 5 時まで

電話申し込み可★本人に限ります



【抽選発表】 **11月5日(木)** 午後 2 時以降ご確認ください

当選結果は、電話または館内掲示にてご確認ください



問い合わせ・連絡先

西区老人福祉センター

TEL 06-6582-9552

