

女性会員の集い



＜講演のテーマ＞

【高齢者の健康とリハビリ】

♪イスに座ったままの簡単体操もあります♪



開催日時： 7月3日(金) 14:00～15:30

開催場所： 柳沢公民館
(西武柳沢駅南口より徒歩3分)



講師： 中村 岳雪先生

エバグリーン田無で活躍、理学療法士であり、同施設や田無病院にて
リハビリテーション部門の要職を務め
現在は西東京市のフレイルトレーナーを務められています

申し込み： 西東京市シルバー人材センター・事務所

電話： 042-428-0787 メール：wtokyo1@sjc.ne.jp

尚、会員以外の友人等もお誘い下さい



令和8年6月
女性委員会