

さんじゅ 体操

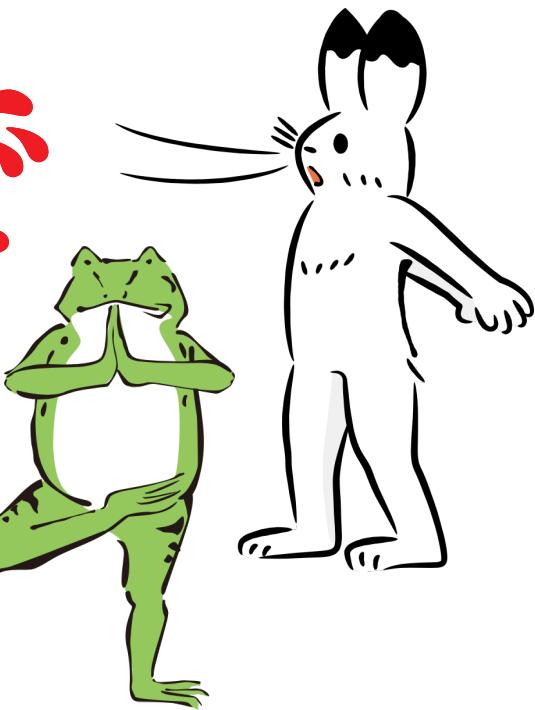
定員

10名程度

※定員になり次第締切

一緒に体操をやりましょう！
呼吸を変えれば、体幹も変わる。

呼吸で 変える 体幹づくり



日時

令和8年 3月31日(火)14:00~14:45

講師

さんじゅ阿佐谷 機能訓練指導員 川人 貴広(柔道整復師)

場所

さんじゅ阿佐谷 1階機能訓練室

[お問い合わせ]

社会福祉法人 杉樹会 (03)-5373-3911
特別養護老人ホーム さんじゅ阿佐谷(担当:田中)

