

R7

むくみ 浮腫み予防講座



in はまちゃん
体操くらぶ

訪問マッサージ 孫の手倶楽部
治療相談員 鈴木 亜沙子講師

9月 24日(水)
10:00~11:00

**浮腫みの原因、
解消方法、
メカニズム、
予防についてや、
セルフマッサージ
の紹介をします**

わかりやすい

舞岡柏尾地域ケアプラザ内 多目的ホール
地域関係なくどなたでもどうぞ
参加費：無料
動きやすい服装で
飲み物をお持ちください。

お申し込み
お問い合わせ

お申込ない方もお気軽にお越しください

横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ 045-827-0371