

ふくろうクリニック自由が丘

暮らしの保健室

＼開催日／

11月25日（土）14時～15時

＼開催場所／

ふくろうクリニック自由が丘2階

【プログラム】

前半：「食べる」から始める！フレイル予防

田辺薬局 管理栄養士 井上美保子

後半：自律神経を整える呼吸と椅子ヨガ

ふくろうクリニック自由が丘 倉橋道代

※参加費は無料／予約不要

動きやすい恰好でご参加くださいませ。



〒158-0083

世田谷区奥沢6-20-23

フォーラム自由が丘2F-A

TEL：03-3701-3351（お問合せ）

東急東横線自由が丘駅から7分

東急大井町線 九品仏駅から7分

こちらは→→→
暮らしの保健室の
開催日をお知らせする
LINEのQRコードです



主催：ふくろうクリニック自由が丘
共催：九品仏あんしんすこやかセンター
奥沢あんしんすこやかセンター・田辺薬局
つぐみナースケアステーション
たかはし内科クリニック自由が丘