

—ほねをつよくするコツ—

コツンリ教えます

日時：2018年4月14日（土）

午後1時30分～2時30分

場所：おおすか整形外科

内容：1.骨粗鬆症について

2.コツンリ体操

（体操がありますので動きやすい服装でお願いします）

*予約制（先着25名）、参加費無料！！

ホームページから体操教室の予約へジャンプできます

