

第59回 神戸マリナーズ厚生会病院 生活習慣病教室 運動教室



浅春の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、当院では下記のとおり「運動教室」を開催いたしますのでご案内申し上げます。

リハビリテーション科より皆様に簡単に実践していただける簡単な体操の紹介や、運動後には栄養科より自宅で作れるスポーツドリンクのレシピの紹介と試飲もご用意しております。ご多忙中とは存じますが、是非ご参加いただきますようお願い申し上げます。

日時：平成29年3月23日（木） 午後2：00～3：00

場所：神戸マリナーズ厚生会病院 3階 大ホール

【プログラム】

1. 「簡単な体操で老化を防ぐ」

リハビリテーション科

2. 「自宅で作るスポーツドリンク・試飲」

栄養科



【お申込み、お問い合わせ先】

神戸市中央区中山手通 7-3-18

神戸マリナーズ厚生会病院

TEL:078-351-2225

ホームページ

<http://www.kobe-mariners.or.jp>

【交通アクセス】

◆神戸市営地下鉄「県庁前」駅下車、徒歩8分

◆JR神戸線「元町」駅下車、徒歩15分

