

健康チェックの日 スペシャルメニュー

さよなら腰痛教室

腰痛にはきちんと治療した方がいい場合もありますが、日常生活のちょっとした注意やつぼ、経絡のセルフケアをすることで楽になることもあります。

今回は腰痛を楽にするためのセルフケアを教えてください。

- 日 時 平成24年4月18日(水)
10:45~12:00
- 場 所 横浜市霧が丘地域ケアプラザ
多目的ホール1
- 講 師 イスクラ鍼灸指圧治療院・接骨院
村川 尊美 先生
- 参加費 無料
- 申込み 予約不要・当日直接お越しください



※この日は「健康チェックの日」として10時半から血圧や動脈硬化指数等の測定も同時に行っておりますので、是非この測定を受けてから講座にご参加下さい。

※敷地内は禁煙となっております。また、車・バイクでのご来場はできませんのでご了承ください。

講師プロフィール

村川 尊美 先生

イスクラ鍼灸指圧治療院・接骨院

鍼灸師・指圧師・柔道整復師・薬剤師

NPO法人神奈川県高齢者健康づくり支援協会会

★問い合わせ先★

横浜市霧が丘地域ケアプラザ 地域包括支援センター

緑区霧が丘3-23 ☎ 922-6633

担当 堀江・前岡