

健康促進道場

健康促進コース(短期集中)

2019
5~6月

足の疲れ・むくみ撃退方法 ～今日からできる簡単ケア～



注意一秒
怪我一生!

だるく重苦しくなった足。そのままにして大丈夫？
むくみを放置して、待ち受けているものとは・・・
むくみの原因、解消法、そして予防法って？
むくみについての講話+解消方法伝授！

【むくみ講話 開催日】

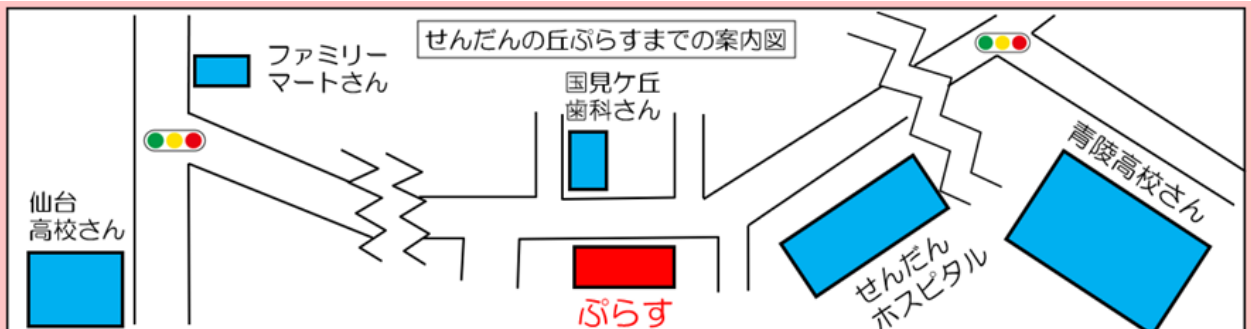
①5/14 ②6/11 14:00～15:45

※①②とも同じ内容です。どちらかの参加でも両日の参加でも可能です。
当日はふくらはぎまでズボンをめくり、裸足になっての実技があります。
動きやすい服装でご参加ください。

新元号
キャンペーン

料金: **800**円/回 申し込み先: せんだんの丘ぷらす 719-5621

※みなさんの参加をお待ちしています♪ 不明な点はスタッフまでお願いいたします♪



〒989-3201 青葉区国見ヶ丘6-149 東北福祉大学 雄翔館1F