

介護予防・リハビリのデイサービス

イオンスマイル

家族介護教室

今回の介護教室のテーマは、

「自分の体と体の使い方について知ろう！」です。

リハビリ専門職に介助方法や体のことについて相談をしてみませんか？

日時 **令和7年8月2日(土) 10:00~11:30**

会場 **イオンスマイル木更津桜井店**
木更津市桜井571 つるおか歯科ビル1階（駐車場有）

定員 **8名**

内容 **「自分の体と体の使い方について知ろう！」**

○スマイル体操

○体組成計での筋力測定

○フレイルに関する講座

○腰痛予防の介助方法

講師

イオンスマイル木更津朝日店 作業療法士

イオンスマイル木更津桜井店 作業療法士

申し込み・お問い合わせ先 イオンスマイル木更津桜井店

〒292-0822 木更津市桜井571 つるおか歯科ビル1階

TEL 0438-40-4900

担当 松井

