

OJTA整骨院体操教室グループは、あなたの町の先生が専門的な指導の下に身体能力の改善・向上を目的とした機能訓練や体操指導を行っています。

ぜひお気軽にご相談ください。



- 【グループ名称】 OJTA寺尾整骨院体操教室
- 【開催場所】 寺尾整骨院内
- 【連絡先】 072-981-1905
- 【Eメール】 teraoseikotsuin@chic.ocn.ne.jp
- 【対象者】 総合事業対象者、要支援1・要支援2の方
- 【開催日時】 毎週 月・火・木・金曜日 13:30~15:30
- 【利用料】 総合事業対象者 100円（ケアプランがある場合のみ）
- 【その他の費用】 特になし
- 【主な活動内容】 健康体操、マシンを利用した筋トレ

OJTA寺尾整骨院体操教室では、健康体操とマシン等を利用した運動を行い、体力の向上や身体機能の改善を目指しています。

体操は2か月ごとに内容が変わり、筋トレなどの運動は、ひとりひとりの状態を確認しながら行っています。

いつでも無料体験が出来ますので、お気軽にお問い合わせください。

【開催場所を管轄している地域包括支援センター】

地域包括支援センター 福寿苑

〒579-8041 東大阪市喜里川町2-18

TEL 072-985-8884 FAX 072-985-8885

ご興味のある方は、上記の連絡先又は地域包括支援センターに「つどいサービスのことで・・・」とお電話ください！