

参加費無料

アレサ ふれあいまつり in まちだテクノパーク

日時：平成28年10月8日（土）9：30～17：00

会場：まちだテクノパーク内イベントスペース

* 認知機能・豆掴み・棒反応・脳トレ問題 *

* 運動機能・立ち上がりテスト・膝伸展筋力など *

今年もやります！

是非、来て下さいね！



10：00～12：00 限定

からだ康房 理学療法士 倉地洋輔 先生による

◀ 太もも筋力測定 ▶

自分の脚力がどの位あるのか測ってみませんか？

日頃運動をされていて自信のある方も、自信の無い方も是非どうぞ ♥

事前にお申込み頂いた方優先で測定させていただきます。

時間に限りがありますので事前にお申込み頂けましたら幸いです。

申込み先 町田市堺第2高齢者支援センター

797-0200