



ストレッチしながら こころとからだについて 話ませんか

2025年9月24日(水)
16:30~17:30



看護師さんと一緒に、肩こり・腰痛ストレッチをしながら
こころとからだをリフレッシュしませんか
講師：訪問看護ステーション デューン世田谷

<開催場所>

スペース ココカラ。

<参加方法>

参加費無料
当日会場へお越しください

<問い合わせ>

地域障害者相談支援センター
ぽーとせたがや
TEL 03-6804-0405

