

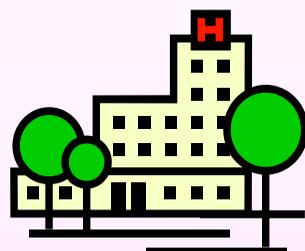
糖尿病教室

リラックスストレッチ

無理なく体を動かして血糖改善！

体も気持ちリフレッシュ！

日時： 2018年 **7** 月 **2** 日(月)



12時30分開場

13時00分開会 14時00分閉会

場所：横須賀共済病院 外来棟5階講堂

対象：関心のある方どなたでも(一般向け)

参加費：無料 事前申込み：不要

ストレッチ指導：医師 堀口 晴子

アドバイザー：医師 澁谷 誠

イスに座ったまま出来る、
簡単な運動を習います。
簡単な動きでも
血糖改善に有効です！



※駐車券は発行されないため、公共交通機関でのご来院をお願いいたします

お問い合わせ：横須賀共済病院 地下1階薬局窓口 薬剤師(土井・池田)