

# 痛みと凝りにサヨナラ!!!

## ～身体のバランスを整える方法～

当院理学療法士があなたの体の状態を見て、必要な運動をお伝えします。

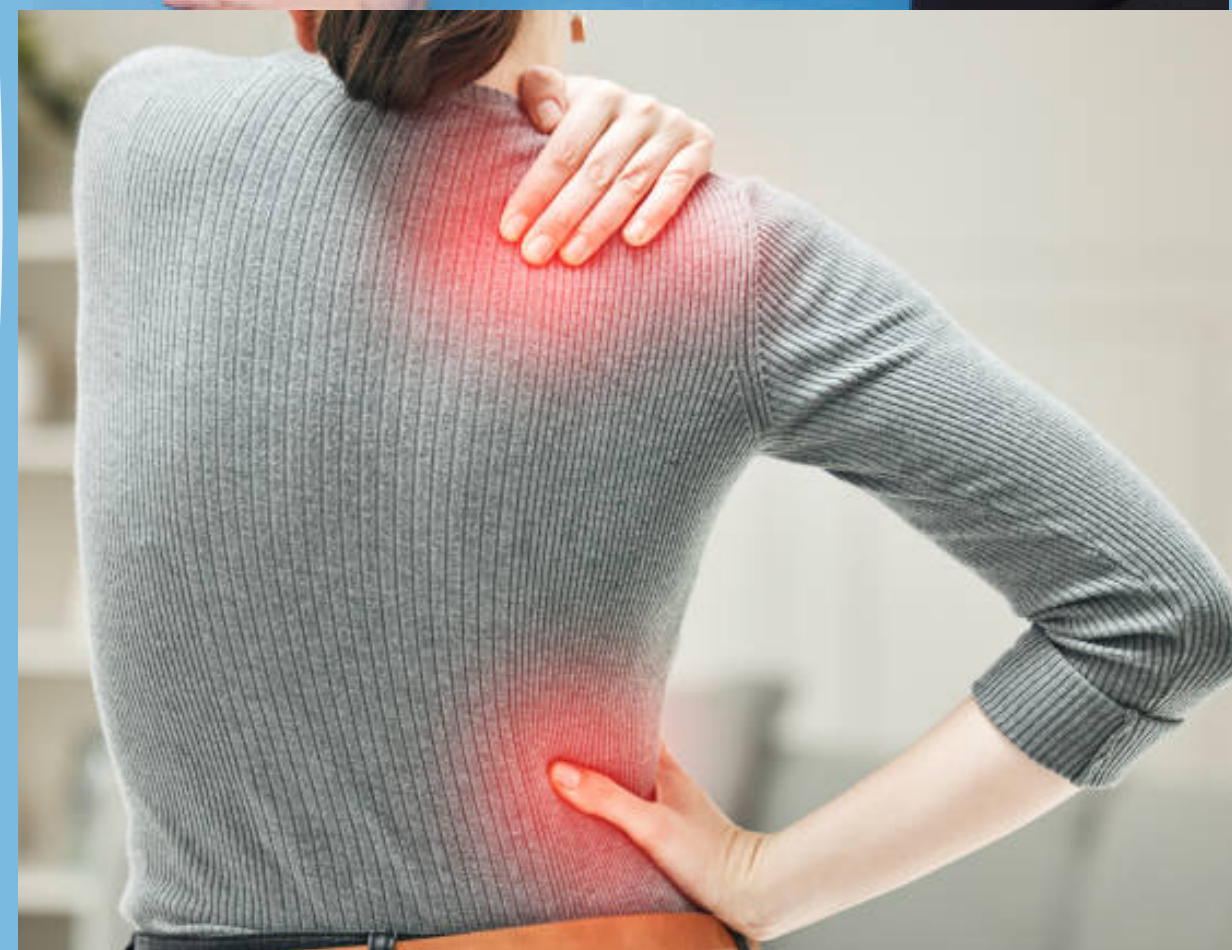
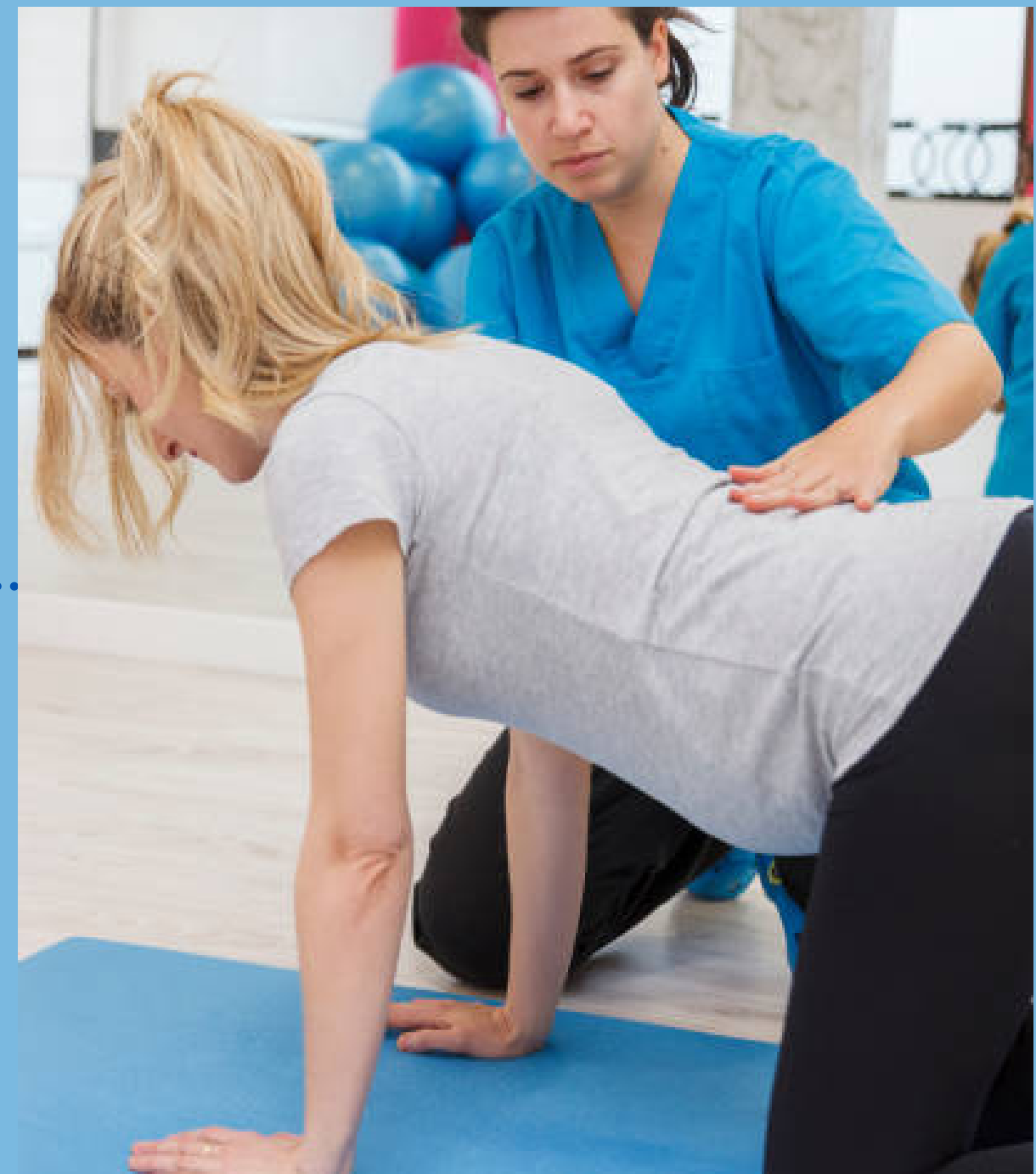
### 【こんな方にオススメ】

慢性的な痛みや凝りを感じている方

セルフケアの方法を知りたい方

7 / 31 月

19時半～21時



【対象者】 20～60代 **※限定1名**

【参加費】 500円

【持ち物】 動きやすい服装，履きなれた靴，タオル，飲み物など。

【会場】

みうら整形外科1F外来リハビリ室

※詳細は、[当院ホームページ](#)へ。

※お問い合わせ/お申し込みは、

[下記メールアドレス又は当院受付まで](#)

→ [reha@miura-seikei.com](mailto:reha@miura-seikei.com)