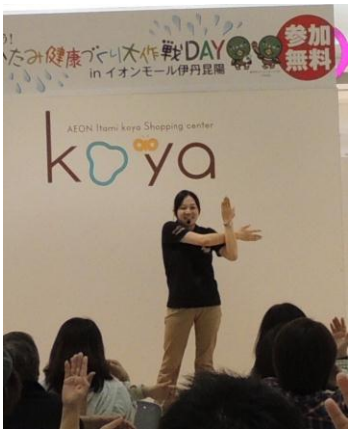
第４回　いたみ健康づくり大作戦 DAY　in　イオンモール伊丹昆陽

10 月 13 日（土)、イオン伊丹昆陽で行われた「いたみ健康づくり大作戦 DAY」で「転ばない身体づくり」に関する講演をさせて頂きました。

始めは、なぜ転ぶのかゲームを交えながら、次にセルフストレッチ、最後に音楽に合わせてみんなで運動。この講演に参加するために来たと言って下さったり、積極的に発言をして下さったり、周囲で立ち見をしていた方も参加して下さったりと、皆さんの温かい笑顔に、私たちも楽しませて頂いた 45 分間でした。ありがとうございました。

理学療法士　池西弘達、筒田由紀