

参加
無料

楽しく♪笑って♪動かそう♪

穴澤病院 運動教室

ゆるっと参加できる運動教室！



2026年

9月5日・11月7日 **土**

9:30～11:30

どちらか参加でOK!!

場所 穴澤病院 介護医療院さくら内
通所リハビリテーション室
会津若松市宮町1-1

対象 概ね60歳
以上の方

定員 20名
要申込/先着順

こんな方におすすめ！

- 1 運動ってハードル高い…
- 2 運動得意じゃない…
- 3 今から始める勇気がない…
- 4 楽しいことは好き！

服装・持ち物

・動きやすい服装・タオル
※飲み物持参OKですが、
こちらでも用意してあります！

公益財団法人

穴澤病院

担当

リハビリテーション科

申込方法

裏面をご参照ください

☎ 0242-22-4075

[平日9:00～17:00]