

これからも元気に動けるカラダを目指して☆

今回のテーマは

「血圧」

第3回 とらふす勉強会

無料

- ☑血圧の左右差はどのくらいが普通なんだろう？
- ☑まだ薬を飲みたくないのに運動をしているが…(普段150/86)
- ☑そもそも血圧とは？正しい測定方法とは？



上記内容に興味がある方、医師より薬を処方されていて既に運動療法に取り組んでおられる方におすすめの勉強会です☆
知識を深めて今後の生活に役立ててみませんか？

参加者募集

日 時：令和8年2月17日(火)
13:30～14:15(45分)
会 場：立雲の郷 とらふす道場
対 象：とらふす道場利用者
内 容：血圧について
講 師：立雲の郷 訪問看護ステーションなでしこ
看護師 中村美紀

参 加 費：無料

募集人数：25名(先着順)

※募集開始日：令和8年1月28日(水)

※お申し込みは、お電話又は、とらふす道場受付にて受け付けております。

はじめてご来館いただいた方には
とらふす道場無料体験券を
プレゼント♪



フォロー
お願いします♪



(お問合せ)

住所：兵庫県朝来市和田山町竹田2063-3

立雲の郷 とらふす道場

電話：079-674-0075

(開館日)

平 日：10:00～20:45

土 祝 日：10:00～17:45

(休館日) 日曜日

とらふす

