

貸出中

転倒予防おたっしゅ体操 音楽編 DVD

完成

音楽に合わせて行う体操は楽しいものですが、指導者がいないと行いにくいものです。

そこで、このDVD「転倒予防おたっしゅ体操 音楽編」を利用いただければ、みんなで楽しく転倒予防体操を行うことができます。

歌を口ずさみながら、また、体調や体力に合わせて椅子に座っても行えます。

詳細は、電話でお問い合わせください。



御利用の方は、丹後保健所に直接お電話でお申し込みください。
なお、貸出料は無料です。

<お申し込み先>

京都府丹後保健所（丹後広域振興局健康福祉部）
保健室 健康支援担当
〒627-8570 京都府京丹後市峰山町丹波 855
TEL. 0772-62-0361 FAX. 0772-62-4368