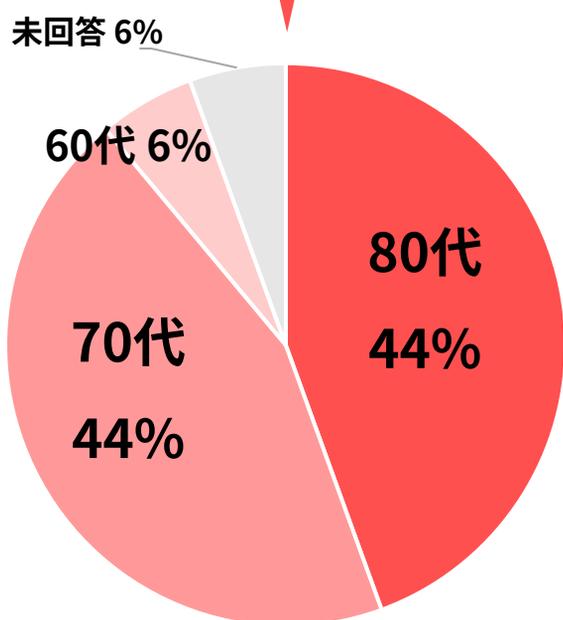


開催日:2023年11月8日(水) 場所:今宿西地域ケアプラザ

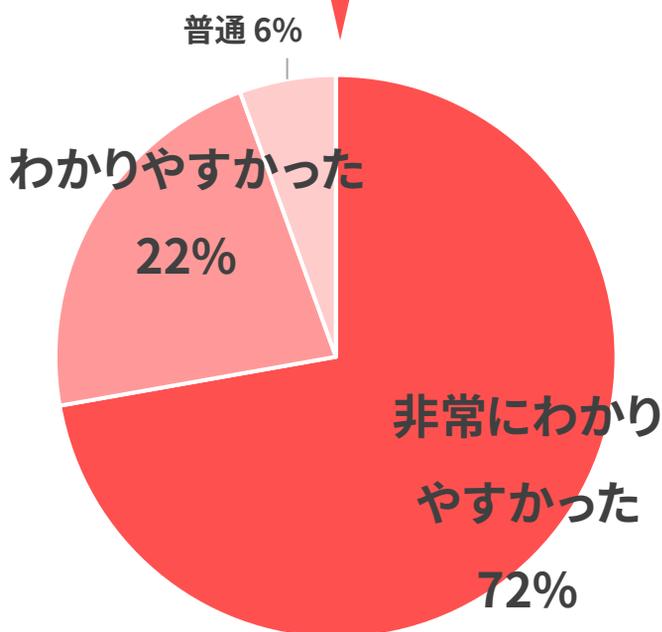
「高齢者の腰痛症について」

■ 参加数 18名 (男性 4名 女性 14名)

参加年代層



講演はわかりやすかった?



感想・印象に残ったこと

- 私にとって腰痛のためにになりました。(80代女性)
- 良くわかりました。ていねいにせつめいありがたかったです。(毎日のけいぞくが大事だとわかりました)(80代女性)
- 今腰の痛みは無いのですが、とりいれて行きたいと思います。(70代女性)
- 気軽にできそうな体操で、毎日やっていこうと思います。無理なく続けたいです。(70代女性)
- タオルが必要であったようなので持ってくるように追加して下さい。(70代女性)
- とても良いお話でした。(80代女性)
- 背骨骨折して病院に行っているが、大変体操のやり方で為になりました。(80代女性)
- サプリメントは飲まなくていいってことですね。(70代女性)
- わかりやすく家で出来そうなので良かったです。(80代女性)
- 体操は元気な方で、腰痛のある人にはむずかしい感じがしました。(80代女性)