



「便秘」に悩むあなたへ贈る ～適切な運動・食事・休息について～

6月18日
火曜日



10時00分～11時00分
(受付 9時45分～)

場所:板橋中央総合病院 講堂

講師:リハビリテーション科 理学療法士

こばやし ちえ
小林 千絵



便秘にならないための食事や休息、
運動の方法や時間帯など生活で
気を付けたいポイントを紹介します。

****ご参加希望の方は講座前日17時00分までにご予約をお願いいたします****

窓口:板橋中央総合病院 C館1階 企画広報室(オレンジカウンター横)

TEL:03-3967-1181(内線3170)

WEB:右のQRコードからもお申込みいただけます!



IMS(イムス)グループ 医療法人社団 明芳会

板橋中央総合病院