



元町総合クリニック講演



# もとまち健康知恵袋



理学療法士  
遠藤祐紀

## テーマ 健康増進のための運動について

理学療法士による「健康増進のための運動」をテーマに運動の効果や種類、注意点等をお話致します。心身ともに健康で豊かな生活を送るためにも、適度な運動を心がけ生活の質の向上を目指しましょう。



● 誰でも参加いただけます!

● 参加費は無料! 申し込みも不要です!

Web (ZOOM)参加も可能です。申し込みフォームから事前に申し込みをお願いします。前日までに視聴用URLをメールにてご案内いたします。

● Web (ZOOM)参加用申し込みフォーム 右記バーコードからアクセスできます

● 申込締切 6月10日 (月)



日時

2024年6月11日(火)13:00~13:30

会場

本会場 元町総合クリニック  
会議室

第2会場 次世代型デイトレセンター  
エルパサ

### 住所

札幌市東区北25条  
東20丁目7番1号

- 地下鉄東豊線[元町駅]下車  
1番出口より → 徒歩15分
- 最寄り中央バス他路線…  
[東70]・[東61]・[東79] →  
[北24条東21丁目]下車  
徒歩2~5分
- 西友元町北24条店となり
- 駐車場56台



### 住所

札幌市東区東苗穂  
9条3丁目1番33号

- エルパサ駐車場を  
利用できます
- 最寄り中央バス  
他路線…  
[麻26]・[東6]・[東68]  
[東69]・[東79]・[ビ68]  
→ [東苗穂8条3丁目]  
下車徒歩2分



どちらかの会場でご参加ください

豊生会 元町総合クリニック 札幌市東区北25条東20丁目7-1  
(西友元町北24条店となり)

☎011-783-5100 FAX011-783-5123

ホームページURL <https://houseikai-motomachi.com/> (右記バーコードからもアクセスできます)

