

# 「となりの保健室」で楽しく運動しませんか？

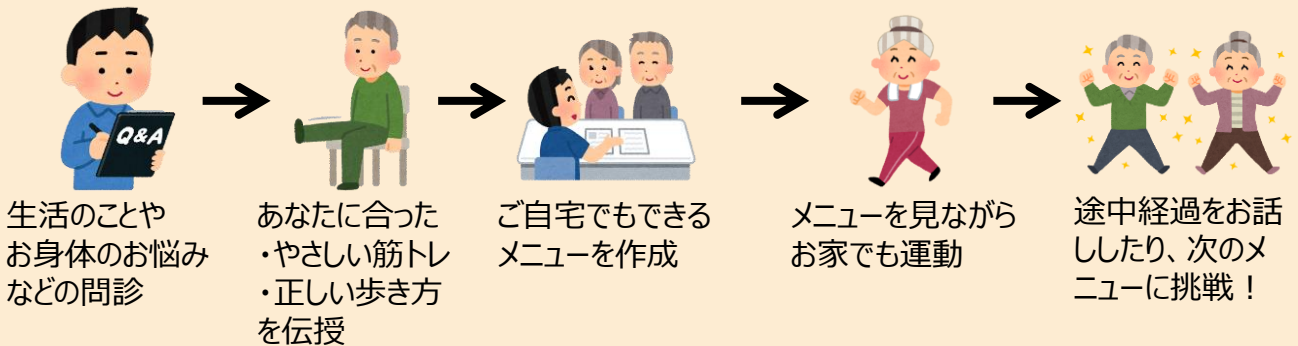
毎週水曜 15時～19時（予約不要、最終受付18時半）

持ち物：患者情報提供書（かかりつけ医の記入が必要です）、本チラシ  
参加費：無料

## 【内容】

所要時間：30分程度

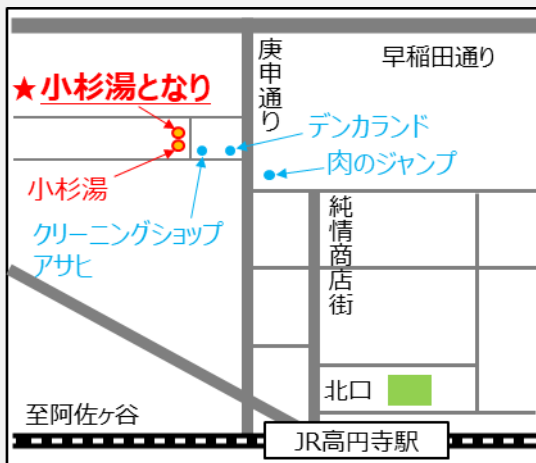
以降も継続的なご参加を推奨



- ・ 感染予防対策のため、お越しになる時はマスクのご着用をお願いいたします。
- ・ 会場入り口の検温にて37.5℃以上ある方、その他症状が見受けられる方の参加はお控えください。
- ・ 運動中に起きた事故については一切責任を負えませんのでご了承ください。

## 【場所】

小杉湯となり 軒下（杉並区高円寺北3丁目32-16-2）



JR高円寺駅からの道順

- ①北口を出て左前にある「純情商店街」を直進します
- ②突き当たりを左折し「肉のジャンプ」を右折します
- ③「デンカランド」の手前を左折します
- ④「クリーニングショップアサヒ」を右折し進みます
- ⑤左手に見える3階建ての白い建物が「小杉湯となり」です

【お問合せ】080-4405-9553（佐藤）

※お休みをいただく場合があるので事前にお電話することをお勧めします



担当者：佐藤真治  
帝京平成大学 教授  
Exercise is Medicine Japan 事務局長  
上級心臓リハビリ指導士

主宰：となりの保健室（小杉湯となり）  
Exercise is Medicine Japan

Exercise  
is Medicine  
Japan