

さくら診療所の

# さくら咲く健康教室

自然に抱かれて心も体もリラックス…至福の時間で  
あなたの毎日をもっと Happy になる！！

日時：隔週 火曜日

11 時半～14 時半（定員 25 名）

\*詳しい日程は下記をご覧ください。

場所：四季芳る 美郷の湯

料金：1 回 2,000 円

（元気になる！お昼ごはん付き）

\*要予約：お申し込みは、さくら診療所まで  
（電話：42-5520）

<10月・11月・12月の予定>

10月 8日：骨折急増！骨粗鬆症

10月 29日：インフルエンザの季節がきます

11月 12日：糖尿病、徳島県民はできが悪い

11月 26日：うまく眠れるようになりましょう

12月 10日：脳 中枢、人間の本质

- いつも笑顔で人生を楽しむコツを医師、理学・作業療法士、管理栄養士とともに学びます。
- ご家庭でも実践できる運動を、専門家が教えます。
- その他、日頃の悩み、気になっていることなど何でもお気軽にご相談ください。

あなたの毎日を Happy♡にするヒント、

一緒に見つけないか？