

# 介護職員のための 腰痛予防セミナー



健康のために学びなおしませんか？

## 主な内容

- 腰痛の種類
- 日常から気をつける動作
- 運動の効果
- 身体を整えるストレッチ
- 腰痛予防の目標を立てよう

etc



◎詳しくは、下記担当まで  
担当：岡山（おかやま）

グリーンストック株式会社

☎059-253-7834

Eメール：info@green-stock.biz

〒514-0027 三重県津市大門4-3

ホームページ：<http://www.green-stock.biz/>

グリーンストック

検索