

中部地区看護職交流会

(主催 中部地区活動委員会)

参加費
無料

＼日々のケアに、少しの「自分ケア」を／

「歩き方」と「立ち姿勢」で変わる！ ～これから始める未来の自分への贈り物～

毎日のケアや移動で、気づかないうちに身体に負担がかかっていませんか？
「立つ」「歩く」という日常の動作を見直すことで、あなたの毎日が少しずつ変わり始めるかもしれません



日時

2025年

12月6日 土

14:00-15:30 (13:40～受付開始)

会場

上灘コミュニティセンター
(倉吉市上灘町9-1)

【講師】

筋膜整体院

肩甲骨はがし専門 Reすきっと 整体師 名越 大志 氏

対象

中部在住又は中部地区の施設に勤務する看護職

申込方法

別紙の申込書により、電子メール又はFAXにて、下記連絡先までお申し込みください。

参加にあたって

- ・当日は、動きやすい服装でご参加ください。また、水分補給の飲み物をご持参ください。
- ・事前アンケートのご協力をお願いしています。
スマートフォンでQRコードを読み取ってご回答ください。

QRコードはこちら▶

(事前アンケートQRコード)

<https://forms.gle/kh9zna8z14yHRF3XA>



申込・
事前アンケート
締切
11月23日

お申し込み・お問い合わせ

公益社団法人鳥取県看護協会

✉ jigyoubu@tottori-kangokyokai.or.jp

電話 0857-29-8100

FAX 0857-29-8102

