

エルシーブイ 111チャンネル放送の ご案内



富士見高原病院

みんなの
健康教室

『正しい姿勢で、 整う体調』

長時間のスマホ操作での「スマホ首」による体調の不調、いつの間にか骨折による「猫背」で、むせやすくなるなど姿勢と体調は深く関わっています。姿勢を整えるための「体操とストレッチ」もご紹介します。



●放送日時

9月26日（木）13時～、20時～

9月27日（金）13時～

9月28日（土）14時～

9月29日（日）14時～



リハビリテーション部

ひらつか せいや

平塚 晴也

お問い合わせ

富士見高原病院 TEL.0266-62-3030