

装着型サイボーグ HAL®



参加
無料

立ち座りがつらい方におすすめ!



近くの
公民館で、

運動して
機器をつ
けて
みよう

日時・会場 ※事前に参加予約が必要です。

富県公民館	2024/12/2(月)・2025/1/9(木)
美篤公民館	2024/12/9(月)・2025/1/23(木)
手良公民館	2024/12/16(月)・2025/1/30(木)
西箕輪公民館	2024/12/23(月)・2025/2/6(木)
東春近公民館	2025/1/6(月)・2025/2/13(木)
西春近公民館	2025/1/16(木)・2025/2/10(月)
長谷公民館	2025/1/27(月)・2025/2/27(木)
高遠町文化センター	2024/12/19(木)・2025/2/20(木)

時間

木曜日: 9:30~10:30 または 10:45~11:45

月曜日: 13:30~14:30 または 15:00~16:00

対象者

1. 伊那市民の方
 2. 60歳以上
- かつ足の弱まりを
感じている方

※インストラクター指導のもと
1クラス4人で開催いたします

参加方法

以下に連絡してご予約下さい。



0120-441-006

平日午前10時~午後5時

※土日祝、年末年始(12/28~1/5)はお休み



ina_kenkou@cmic.co.jp

受託事業者: CMIC Trust(株)(シミックトラスト)
小副川(おそえがわ)、菊池、神取