



石川県能登半島地震の被災者のみなさまに、謹んでお見舞い申し上げます。  
被災地での救援活動・復興支援などに役立てていただくため、当院からも  
支援金をお送りいたしました。  
被災者のみなさまの健康と、被災地の復興を、心よりお祈り申し上げます。



この画像をクリックすると、それぞれの動画が始まります

長引く避難生活は、体だけではなく認知機能にも影響を与えます。  
NHK『テレビ体操』のアシスタント/ 舘野 伶奈（たてのれな）さんと、  
江口病院、福島県立医科大学が共同制作された、座ったままできる約5分  
の体操動画をご紹介します。

感染予防のため手指消毒をしてから、無理のない範囲で、毎日体を動かして  
みましょう。

上記の画像をクリックしていただくと、動画がスタートします。

ぜひ、ご利用ください。

