

地域

公開講座

無料  
予約制



2026年も  
体と心を健康に！

作業療法士と一緒に考えてみませんか？

# 「生活のバランスの見直し方」

2026/1/ **31** (土) 10:30～11:30  
(10:00～ 受付開始)

場所：イムス板橋リハビリテーション病院 会議室

あなたにとって “ちょうど良い” 「生活のバランス」 は、どんな状態でしょうか？  
新しい1年が始まる1月、健康を維持するための生活を一緒に見直してみましょう。

## イムス板橋リハビリテーション病院

03-3967-1183

〒174-0051 東京都板橋区小豆沢 3-11-1  
<https://ims.gr.jp/itariha/>

講座お申込み /



ホームページ /



### アクセス

都営三田線『志村坂上駅』より徒歩約6分  
バス停留所『志村坂下』下車徒歩約1分



IMS(イムス)グループ 医療法人社団 明万会

イムス板橋リハビリテーション病院