

2021年2月 腰痛予防標語

始めてみよう、**YouTube** エクササイズ！

楽しく**汗**かき腰痛予防！

絶対出さない腰の**緊急事態宣言**！！

考案者：田中幸雄さん

コロナ禍の中、緊急事態宣言が発令しどのテレビ番組を見てもステイホーム！と叫ばれています。YouTube を見て楽しみながらエクササイズし体幹を鍛え腰を守りましょう。

腰痛予防対策チーム

