

階段を下りるのが怖くないですか？

自分のために 家族のために

SE
SHOEN

知っておきたい



- ✓ 歩ける体になるトレーニング
- ✓ 杖の正しい選び方と使い方
- ✓ 転倒しない環境づくり

こんな握り方を
していませんか？



【100歳まで元気であるための歩き方&杖の使い方】 定価：本体 1,200 円＋税 ISBN978-4-7981-5360-5

