

『いつまでも元気に
スタスタ歩く』
それが目標よ！！



植屋 節子 先生

植屋節子先生の フシイル予防体操

【植屋 節子 先生】

- ・健康運動企画センター所長
- ・名古屋市立大学 非常勤講師
- ・看護専門学校 非常勤講師
- ・糖尿病運動療法指導講師

長年、名東福社会館の「健康体操」の講師としてお世話になっており、利用者の皆さんから大人気の先生です。

■日時 R6. **7月31日(水)** 10:15~11:45

■場所 名東福社会館 集会室

■定員 先着40名

■申込 R6. **6月28日(金)** 9:00~

窓口でお名前記入/電話受付不可/原則本人分のみ

※どなたでもお申し込みいただけます

■講師 植屋 節子先生

昨年度に実施した時とは内容が異なります
今回はゲーム感覚で頭と体を動かして「健康維持」を図ります

名東福社会館 名東区亀の井2-201 TEL: 052-703-9282
日・祝休み 8:45~17:00

集会室イベント