

# ～第45回 健康講座 開催のお知らせ～

# 生き生き 健康講座!

手のしびれ



今よりも よりよく動ける身体  
いつまでも元気で健康な身体  
そんな身体になりたい!!

これらの願いを実現するヒント満載の講座です。

健康な身体になるための色々なお話や、  
体操を毎回行います。

- ◆日時:1月26日(土)  
(毎月最終土曜日に開催)  
\*8月・12月はお休み\*  
15:00～16:00  
(14:30～受付開始)
- ◆会場:横屋会館 2F
- ◆参加費:無料
- ◆問い合わせ先  
078-411-6631(杉田整骨院)
- ◆講師:杉田整骨院 院長 杉田浩司



ご参加お待ちしております!!

株式会社ビケンテクノ協賛講座