

～第75回 健康講座 開催のお知らせ～

生き生き

すぎちゃん流
フレイル予防

健康講座!



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: 5月28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 3F
- ◆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