

# ～第76回 健康講座 開催のお知らせ～

すぎちゃん流  
サルコペニア予防

# 生き生きと 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: 6月25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