



肺と体のための健康教室



説明会開催のご案内



この度、専門家（理学療法士）による運動、呼吸筋力トレーニング、生活習慣指導など科学的根拠のある最先端プログラムを

週1回1年間、100名の方に無料で行います。

参加をお考えの方は、まず説明会にご参加ください！

【日時】 11月11日（月）、13日（水）、
15日（金）午後1時半から2時半

※内容は同じです。 ご都合の良い日を選んでね

【対象】 市内在住 60才以上の方

【定員】 各回 50名

【講師】 沖 侑大郎氏（神戸大 助教授）

呼吸器疾患予防・健康寿命延伸のための介入共同研究事業

【申込み】 10月21日（月）午前10時より
電話か来館にて受付

【会場・問合せ】 大正区老人福祉センター

大正区泉尾 3-9-16 TEL 06-6554-5330