

～健康寿命をのばそう～

いきいき健康体操教室



日時 2019年2月16日(土) 15:30～16:30
(受付: 15:15～)

会場 西小岩コミュニティ会館 集会室第3
(江戸川区西小岩4丁目3番22号)



受講者全員に
お飲み物
粗品をご用意して
お待ちしております

定員 15名 年齢性別問いません。動きやすい服装でお越しください。

参加費 **無料**

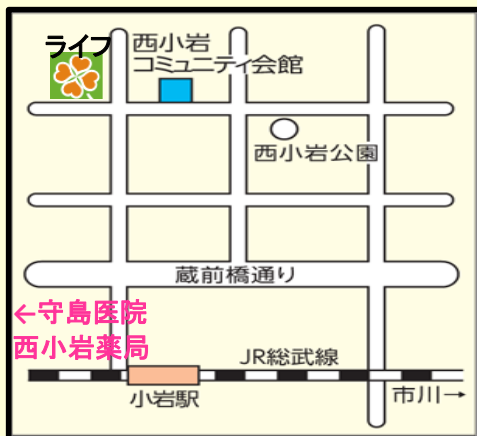
※ご希望の方は薬局窓口、守島医院受付にてお申し込みください。(お電話でも可)

内容 **いつまでも元気な体のための健康体操教室を開催します。**
運動不足、足腰の筋力の低下、疲れやすい、転倒の不安、
こんな症状が気になる方にオススメ！
お話しながら、休憩をとりながら、ゆっくり体操をする教室なので、
日頃運動をしない方でも、安心してご参加いただけます。
皆様、お誘い合わせのうえ、ご参加お待ちしております。
当日は薬局薬剤師もおりますので健康相談、お薬相談も承ります。

講師 健康運動指導士 藤井 詳也 先生(医療法人つむぎ会 守島医院)

【会場案内図】


西小岩コミュニティ会館 集会室第3
徒歩の場合
JR総武線「小岩駅」北口より 徒歩7分



【お問い合わせ・お申込み先】

西小岩薬局
TEL: 03-3671-4025

(当薬局でも受け付けております)

 クラフト株式会社



切り取り線

受講申込書

お名前 : _____

ご住所 : _____

ご連絡先(電話番号) : _____

※本用紙にご記入いただきましたお客様の個人情報は当社個人情報保護方針に基づき適切に取り扱います。