

～ 健康なカラダとは？ ～

予防医学

参加費
無料

これからの時代は病気にならないカラダづくりが
とても重要です！ 健康なカラダを作るためには
どうすればいいのでしょうか？

ディスカッションを交えながら一緒に考えてみましょう！
どなたでもお気軽にご参加ください。

講師：理学療法士 岩下 知未

開催日時	2019年 6月 2日（日）10：30～11：30
参加対象	18歳以上の方 どなたでもご参加いただけます
開催場所	芦屋市立体育館・青少年センター 3階 第2研修室
持ち物	動きやすい服装・室内履きシューズ・水分補給用飲み物
申込方法	窓口またはお電話にてお申込みください。（TEL 0797-31-8228）



芦屋市立体育館・青少年センターでは
普段健康について疑問に思っている事などをお気軽に
ご相談いただける講座を毎月開催しております。

是非ご参加ください！！



芦屋市立体育館・青少年センター

指定管理者：S&Nスポーツマネジメント芦屋

芦屋市川西町15番3号 TEL(0797)31-8228 公式HP⇒<http://ashiya-sports.com/>