

しあわせの村健康倶楽部

健康増進セミナーのご案内



有識者による講演



神戸大学大学院保健学
リハビリテーション科学
脳機能・精神障害分
古和 久朋

栄養士による健康メニュー



測定メニュー



運動メニュー



第4回健康増進セミナー実施！！ 令和3年12月4日（土）10：00-15：00（予定）

会場：野外活動センターあおぞら

講演：神戸学院大学 栄養学部准教授 大平 英夫先生
神戸学院大学 心理学部教授 山本 恭子先生

運動メニュー：介護予防体操（サンテレビでもおなじみの2人と♪）

測定メニュー：体組成 骨密度 ミニ講話（健康相談）

食事：健康増進メニュー（昼食代 1,200 円）



参加費 1,200 円【昼食代】（参加には健康倶楽部の会員登録後に、セミナーの参加申し込みが必要です）

お問い合わせ：（公財）こうべ市民福祉振興協会 健康倶楽部事務局

TEL 078-743-8017 メール kenkou@shiawasenomura.org

