

特別企画+プラス

駒沢女子大学健康栄養相談室「健康運動教室」

参加費無料♪

自分の身体を知ろう

～正しい姿勢のみつけれ方～

理学療法士の先生をお招きし、身体の仕組みの基本を学びます。
自分自身の姿勢がどうなっているのかを確認しながら、
正しい姿勢を見つけましょう。
食事の姿勢も誤嚥性肺炎につながる大事なポイント。
試食をしながら確認します。

2020年2月29日(土) 10時～12時

講師：株式会社NITTA JAPAN代表
理学療法士 新田智裕先生



会場：駒沢女子大学 八十周年館

対象：40才以上

定員：50名（先着順）

申込み締め切り：2月14日(金)

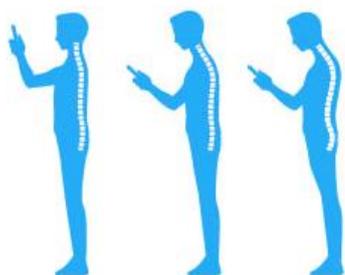
持ち物：飲み物、タオル

運動しやすい服装でお越しください

<申込み方法>

以下の①～⑤をご記入の上、メール、
FAX、郵送にてお申込み下さい

①件名「健康運動」②名前 ③年齢
④性別 ⑤住所、電話番号、メール
アドレス



<申込み 問い合わせ先>

栄養ケア・ステーション
駒沢女子大学 健康栄養相談室
住所：〒206-8511 稲城市坂浜238
電話：042-350-7167
FAX：042-350-7175
メール：eiyou-care@komajo.ac.jp

