

# 北条健康づくり体操教室

## ～後期講座のご案内～

誰にでもできる体操で生活しやすい体を作しましょう！



講師 愛媛県理学療法士会

岡田 美由紀 氏(理学療法士)

北条健康づくり体操教室専任講師

村上 かずみ 氏(看護師)

日時:平成30年10月10日(水)～平成31年3月13日(水)

会場:松山市北条社会福祉センター大会議室(文化の森公園内)

対象 松山市内在住で原則として60歳以上で体操等に参加できる健康状態の方

定員 50名程度 ※定員をこえた場合は抽選となります

受講料 1回 500円(毎回徴収)

申込方法 往復はがき(一人1枚限り)に郵便番号・住所・氏名(ふりがな)年齢・性別・電話番号を

ご記入の上、下記までお申し込みください。

申込締切 平成10月1日(月)必着

### 申込先及び問合せ先

〒799-2431 松山市河野別府937-1

松山市社会福祉協議会 北条支所(北条文化の森公園内)

TEL089-993-1400 Fax089-993-1419

担当:竹宮・丸尾