

第 212 回いきいきサロン

中井町内会いきいきサロン担当 大森 健一

日 時 令和 8 年 1 月 14 日 (水) 午後 1 時～3 時

場 所 中井公会堂

1. 榊明乳松浦 高橋所長

1. 歩き方教室
2. 骨の健康測定

2. 出 席

12 名

無料でできる 健康教室

健康教室無料出張サービス
開催場所 募集中

職場・サロン等のサークル仲間、ご近所のお友達
5名様以上からお申込みいただけます。

歩き方教室

「中之条研究」に基づいた
歩き方による健康効果を
分かりやすく説明、実演します。

骨の健康測定

測定器にて、骨の健康度を
チェックすることができます。

お問い合わせも多くいただいております。
毎月10回程度、各地で健康教室を行っております。
お気軽にお問い合わせください。

お申込みは、電話または、下記の申込書にご記入の上、
BOXの中もしくは、FAXにてお願いいたします。 TEL 086(207) 6725