

平成 29 年 8 月 31 日

各位

秋田リハビリテーション学院 学 院 長 吉崎 克明

専 任 教 員 富田 浩輝

秋田リハビリテーション学院 ARC 健康教室開催について

拝啓 皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

平素は本校の教育発展に格別のご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、本学で開催しております健康教室は、お陰様で第 2 回目を終了し、今後は、下記日程で、開催することを予定しております。何かとご多用のことと存じますが、“身体機能のセルフチェック”や身体の衰えを防ぐ“健康体操”にご興味のある方は、ご気軽にご出席くださいますようご案内申し上げます。

敬具

記

1. 日程・場所 9月30日(土) 秋田リハビリテーション学院 2F 講堂 (秋田市茨島 1-4-80)
10月7日(土) 横手市交流センター/Y²ぷらざ 3F 研修室 3 (横手市駅前町 1-21)
11月11日(土) 秋田しらかみ看護学院 2F 基礎看護実習室 (能代市落合下悪土 120)
12月9日(土) 秋田リハビリテーション学院 2F 講堂 (秋田市茨島 1-4-80)

2. 時 間 10:30~12:00 (受付 10:00~)

※ お時間には余裕を持ってお集まりいただけると幸いに存じます。

3. 内 容 健康寿命はどうやって延ばすのか?

現在の筋力・柔軟性・バランス能力をセルフチェックし、衰えやすい身体の部位と、その衰えを防ぐための「健康体操」をお伝えします。

4. 定 員 先着 15 名程度 を予定しております。

※当日は、動きやすい服装と、運動靴をご用意してお越しく下さい。

以上

参 加 申 込

【 9月30日(土) ・ 10月7日(土) ・ 11月11日(土) ・ 12月9日(土) 】

ご氏名 : _____ ご年 齢 : _____

ご住所 : _____ ご連絡先 : _____

※ご参加を希望される場合には、必要事項をご記入の上、FAXにてご連絡ください。

または、直接秋田リハビリテーション学院までご連絡ください。

連絡先 : 【FAX】 018-864-6137 【TEL】 018-865-0188