

エイジング・ケア教室

アクティブ・シニア（元気高齢者）になるため、一緒にお身体を動かしませんか？
運動の仕方がわからない、自分の弱点がわからないといった方を対象に、
身体の専門家である理学療法士が参加者のお身体を評価し、
弱点の克服と身体機能の向上をサポートします。

講座提供 NPO法人エイジコンサーン・ジャパン（U3A日本連盟）

日 程 第4木曜 （裏面にプログラム表）

時 間 初級・10：30～12：00（進行具合により終了時間は前後します）
上級・13：30～15：00

講 師 高宮 昭仁
理学療法士



参加費 1回1,000円（最小催行人数7名、人数集まりしだい開講。）

講座のお申し込みは -----
下記フォームにご記入の上、FAXでお申し込みください。
お電話でもお申し込み頂けます。

FAX 番号 **06-6615-1251**

お名前	
ご住所	
電 話	
F A X	
E-mail	

講座のお問い合わせは -----
いきいき生涯学習塾まで

（NPO 法人エイジコンサーン・ジャパン内）
電話番号・**050-3392-3519**
（11：00～17：00）

専用携帯電話番号
・**090-6676-7251**

NPO法人エイジコンサーン・ジャパン
〒559-0034
大阪市住之江区南港北 2-1-10
ATCビルITM 棟9階

ニュートラム「トレードセンター前」駅下車すぐ、ATCビルITM棟11階

ATCエイジレスセンター **いきいき** 生涯学習塾

休館日/毎週月曜日、年末年始

裏面もご覧下さい