

# 健康リーダー研修会日程

※ 会場はいずれも笠縫東市民センター（公民館）です。  
簡単な運動ができる服装でご参加ください。

	年月日	時間	内容	講師
1	平成28年 7月22日（金）	19:30～ 21:00	（講演と実技） 健康づくりのための運動	健康運動指導士 中原 今日子 先生
2	8月26日（金）		（講演） 加齢に伴う運動機能の変化	立命館大学スポーツ健康科学部 助教 藤本 雅大 先生
3	9月23日（金）		（講演と実技） 健康づくりのための運動	健康運動士 中原 今日子 先生
4	10月21日（金）	10:00～ 12:00	（実技） 調理実習	草津市健康推進員連絡協議会 （笠縫東）
5	10月28日（金）	19:30～ 21:00	（実技） 加齢により変化する運動機能 の評価	立命館大学スポーツ健康科学部 助教 藤本 雅大 先生
6	11月25日（金）		（講演） 介護予防に向けた運動療法	立命館大学スポーツ健康科学部 助教 藤本 雅大 先生
7	平成29年 1月20日（金）	10:00～ 12:00	（実技） 調理実習	草津市健康推進員連絡協議会 （笠縫東）
8	1月27日（金）	19:30～ 21:00	（講演と実技） 健康づくりのための運動	健康運動士 中原 今日子 先生
9	2月24日（金）		（実技） くさつ健康はつらつ体操他	草津市健康推進員連絡協議会 （笠縫東）

## 募集要項

- 対象：笠縫東学区にお住まいの方
- 締切り：7月20日（水）まで
- 申込書：当協議会のHPよりダウンロード
- 応募方法：窓口持参、FAX、E-mail

## 笠縫東学区まちづくり協議会

〒525-0015 草津市集町58番地8  
笠縫東市民センター（公民館）内  
TEL/FAX 077-568-3164  
<http://kusatsu.or.jp/machikyou/kasanuihigashi/>  
E-mail : kh.machikyou@zeus.eonet.ne.jp



----- キリトリ -----

健康リーダー研修会受講申込書

平成 年 月 日

住所		町内会
ふりがな 名前		電話