

あなたの健康法は間違っていないですか？

聞いてなるほど！いきいきライフ

筋力づくりと

目から
うろこの

生活改善法

8/13 水

▶ 日時 平成26年8月13日（水）

一部 10：00～12：00 講演会

二部 13：00～15：00 筋電気刺激実体験

（※希望者多数の場合は先着順となります。ご了承ください。）

▶ 場所 伊勢市福祉健康センター

【伊勢市八日市場超 13-1 TEL 0596-27-2425】

▶ 講師 森谷 敏夫 先生 京都大学大学院 人間・環境学研究科教授

▶ 参加費 前売券 1,000 円 当日 1,500 円

▶ 対象 健康に関心のある方

森谷敏夫 プロフィール

生活習慣病予防には運動が不可欠であると説き、正しい有酸素運動の実践を奨励する気鋭のスポーツ医学者。その講義は実践的かつ楽しいと大評判で、「現役学生 2000 人が選んだ面白い講義」にも選ばれるほど。



前売券取扱い

伊勢パールセンター 伊勢市二見町松下 1742-8 TEL 0596-43-4311

伊勢指圧治療院 伊勢市浦口 2 丁目 1-22 TEL 0596-23-0302

ステップ21 ISE 伊勢市本町 12-6 TEL 0596-24-5500

お問合せ 0596-24-5501 村井 090-7735-2427 伊藤（午前9時～午後6時）

【主催】伊勢市視覚障害者福祉会 【共催】三重県鍼灸マッサージ師会・伊勢鍼灸マッサージ師会
【後援】伊勢市・伊勢市社会福祉協議会（申請中）【協力】おたっしゅ筋力アップ教室 アドバイザー