

2019年度 健康講座  
環太平洋大学 体育学部  
学生企画による健康教室

第2弾



脳も身体もピチピチに!?

～ 継続して少しでも若返ろう! ～

【本日の内容】

- ① 瞬時に答えて! 両手で算数トレーニング
- ② 簡単 極上肩こりストレッチ7選

定員 **先着**

**30**名

令和元年 **7月4日 (木)**

**10:30~12:00 (受付 10:00~)**

◎持ち物

動きやすい服装、タオル、飲み物

◎お問い合わせ・お申込み

〒709-0816

岡山県赤磐市下市574-2

山陽老人福祉センター

TEL: 086-955-3732

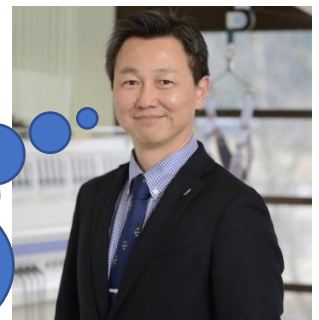
FAX: 086-955-3770

申し込みにつきましては

**6月1日 (土)**

から受け付けます

※定員になり次第終了



講師

環太平洋大学  
体育学部 健康科学科  
早田 剛