

第3回

元気づくり体操講座

大阪経済大学、高井先生の体操講座！

今回のテーマは、



腰の痛みを
和らげる**秘伝**を
こっそり
お教えします！



●定員ナシ、**参加無料**です
ので、どなたでもお気軽にご
参加ください！

●動きやすい服装でおこし
ださい！

●高井先生自らご作成の
資料配布アリ！

講師

大阪経済大学

高井逸史（たかいいつし）先生

理学療法士。

泉北ニュータウンをはじめとして、各地で住み慣れた地域で健康に暮らせる仕組みを提案し、ウォークイベントや体操講座は大変好評を得ている。

お問い合わせ

UR都市機構 西日本支社
住宅経営部 ウェルフェア推進課
電話：06-6969-9558

場所：新豊里団地 集会所

日時：8月30日(金) 午後2:00～3:00まで

主催：UR都市機構 西日本支社 住宅経営部 ウェルフェア推進課

後援：大阪経済大学 人間科学部 人間科学科 高井逸史先生

協力：新豊里団地 自治会

