

2019年度 静岡市生涯学習センター ×
常葉大学 共催講座



藁科生涯学習センター × 常葉大学 共催事業

健康づくり

——医療、介護、心の健康の視点から



11月12日(火) 10:00-11:30

セルフコンディショニング入門編

健康科学部 講師 中村浩一

会場 藁科生涯学習センター

受講料 無料

申込方法 藁科生涯学習センターへ電話でお申し込みください。

054-278-4141

令和元年10月8日(火)
10:00より受付開始。

定員 どなたでも 30名

(申込順での受付になりますので、定員に達した時点で募集を締め切らせて頂きます)
※ご提供いただいた個人情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。



公益財団法人
静岡市文化振興財団
Shizuoka City Cultural Promotion Foundation

お問い合わせ先 藁科生涯学習センター

〒421-1217 静岡市葵区羽鳥本町5番9号 TEL 054-278-4141

健康づくり

—医療、介護、心の健康の視点から—

セルフコンディショニング入門編

11月12日(火) 10:00～11:30

健康寿命を延ばすためのポイントとして、自分自身で心身を調整していく事が重要である。そこで本講座では、実技を交えながら、セルフコンディショニングの方法を学ぶ。

健康科学部 講師 中村 浩一

申込方法 ※藁科生涯学習センターへ電話でお申し込みください。

電話申込

054-278-4141 (藁科生涯学習センター)

令和元年10月8日(火)
10:00より受付開始。

申込順での受付になりますので、定員に達した時点で募集を締め切らせて頂きます。
※ご提供いただいた個人情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。

会場案内図

藁科生涯学習センター (指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団)

〒421-1217 静岡市葵区羽鳥本町5番9号

TEL. 054-278-4141

URL <https://sgc.shizuokacity.jp/>

バス JR静岡駅北口より
3番のりば 藁科線「藁科学習センター」下車

車 駐車場に限りがありますので、ご来館の際は公共の交通機関をご利用ください。

