



江の島アイランドスパ ×



慶應義塾大学 Presents

ベテラン介護福祉士の

楽しく学べる 介護予防 セミナー



講習内容

日時

7月30日(水)

① 10:00-11:30 ② 13:30-15:00

参加費無料

場所

江の島アイランドスパ 4F レストラン

※ご来館の際、本チラシをご持参ください。

参加方法

事前予約制 応募締切: 7/29(火) 16:00

☎ 0466-29-0708 定員 各回 30名

当日は動きやすい服装でお越しください。

※本セミナーは医療行為ではありません。運動による体調の変化等があった場合は医療機関にご相談ください。

※当館は、プライバシーポリシーに従い、個人情報を適切に取り扱います。詳しくは当館のWebサイトをご確認ください。

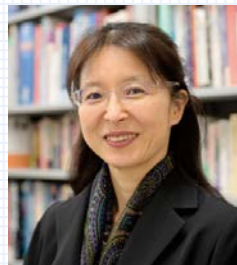
Program01 | 講演1

講演
テーマ

身体活動ガイドラインと
安心安全な運動について

慶應義塾大学スポーツ医学研究センター
教授、内科医 小熊 祐子
博士、健康運動指導士 平田 昂大

講師



Program02 | 講演2 + 実技

講演
テーマ

格好良い年齢の重ね方

実技
テーマ

意外と知らない!?
正しい運動法

講師

江の島アイランドスパ
ウェルネス コンディショニング サービス
介護福祉士、ヨガインストラクター 河村 ジュニア

ご予約
お問合せ



江の島アイランドスパ ウェルネス コンディショニング サービス

〒251-0036
藤沢市江の島
2-1-6

☎ 0466-29-0708

(平日
9時~16時)



公式
サイト