2022年（令和4年）7月1日

パナソニック松愛会 枚方南 支部の皆さまへ

枚方南支部　支部長　中島康文

【新】お役立ちシニアセミナーのご案内

どなたにもご参加いただけます！

テーマ「かっこいいシニアでいよう！」

～歩き方や姿勢で心も変わる～

本セミナーは、環境変化に対応し行事の見直しを行い、シニアライフに活かせる情報などを提供する『お役立ちシニアセミナー』として企画開催していきます。

今回は、人生100年時代を迎え、いつまでも元気で若々しくすごしていただくため、健康のこと、介護予防のことを避けて通れません。介護を受けずにかっこよく暮らすコツを伝授します。

ぜひ、お誘い合わせの上、多くの皆さまのご参加をお待ちしております。

会場は、昨年オープンした枚方市総合文化芸術センターを支部として初めて使用します。

■セミナーの内容 講師	◆現在の体の状況を予防理論に合わせ確認 ◆予防の第一歩、良い立位姿勢、良い歩行について ◆介護予防のための運動を実際に体験 ■ MS&ADインターリスク総研（シンクタンク） 上席コンサルタント　尾池 吉保（おいけ よしやす）様
■日　時 ■会　場	2022年７月２５日（月）15:00～16:00（受付開始　14:30） 枚方市総合文化芸術センター 本館 １階 ひらしんイベントホール （枚方市駅から徒歩5分）
■対象者 ■定　員	全会員・会員のご家族　50名（先着順）
■参加費	無　料
■参加申込	参加のご連絡は、支部ホームページ内の下記申込ページ 申込ページ：https://www.shoai.ne.jp/hirakata-s/seminar2022/ または、hira-s_commi@shoai.ne.jp 宛Eメール、支部役員宛電話 ※氏名とともに、住所・電話番号などをお知らせください。 申込締切日 ７月１７日（日）まで

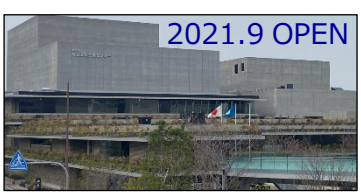
※ 動きやすい服装でお越しください。

※ コロナ感染防止策を講じ開催します。 感染拡大状況により中止となる場合があります。

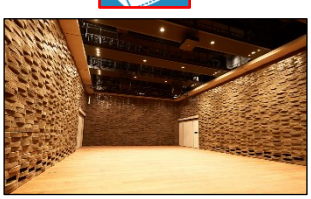
※ 当日撮影した写真の一部は、支部HPに掲載します。不都合のある方は、事前に支部役員にご連絡ください。

【お願い】

◆マスクを着用し入館ください。



枚方市総合文化芸術センター


1階 ひらしんイベントホール

支部ホームページ内
申込ページ