

どなたでもご参加いただけます

腰痛予防体操

参加
無料

【日時】 令和5年5月24日(水)
14:00 - 15:00 (開場13:30)

【場所】 KKRホテル名古屋

【定員】 30名(先着順・要事前申し込み)

【講師】 米原 久美子
名城病院 リハビリテーション室長



参加ご希望の方は事前のお申し込みが必要です。詳細は裏面をご覧ください。

お申込みのお問合せ

名城病院 経営企画課
〒460-0001名古屋市中区三の丸一丁目3番1号
052-201-5311 (内線2145)

ご家庭でも手軽にできるような、簡単な筋トレやストレッチ体操をご紹介します。実際に一緒に体操を行いますので、（ズボンなどの）動きやすい服装でご参加ください。また、持病など、ご心配のある方は事前に主治医にご相談のうえ、ご参加ください。

お申込みは先着順とさせていただきます。申込締切日前でも、定員に達し次第受付を終了いたしますのでご了承ください。参加希望の方は、電話、もしくはQRコードよりお申込みください。ファックスによるお申込みをご希望の場合は、下記欄に必要事項をご記入のうえお申込みください。※後日、申込者には参加の可否をご連絡いたします。

めいじょう市民公開講座 参加申込書

参加費無料

先着30名

お申込み締め切り 令和5年5月19日（金）

QRコードによるお申込み

<https://forms.gle/eDDx5apVHCD8Hnv79>



電話によるお申込み

TEL 052-201-5311
市民公開講座事務局（内線2145）

FAXによるお申込み

FAX 052-201-5318

参加者氏名

年齢

性別

ご連絡先（日中に連絡のとれる番号）

※お申込みの際にいただいた個人情報は、本市民公開講座以外には使用いたしません。

会場のご案内（名城病院より徒歩2分）

KKRホテル名古屋

〒460-0001

愛知県名古屋市中区三の丸1-5-1

TEL:052-201-3326（代表）

<https://kkр-nagoya.jp/>

地下鉄鶴舞線「丸の内」より徒歩8分

地下鉄名城線「名古屋城」より徒歩10分

市バス「外堀通り（西）」より北へ400m

