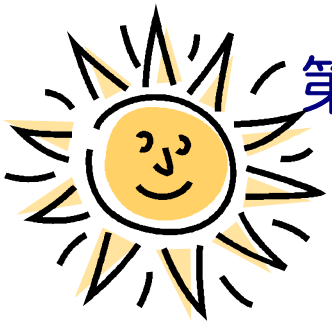

第９回 乳がん患者会「つながり」

患者だけの集い

日　時　平成22年7月3日(土)午後1時～

場　所　大阪厚生年金病院
第一・第二会議室（2階泌尿器科外来の前）

講　師　西田　侑可　先生

1985年健康体操教室開設。1991年整体師、操整体トレーナー学院にて講師、西田操整体開設。1993年健康運動実践指導者。
現在は保健センター、デイサービス、老人大学の講師等でご活躍。公園で毎日タオル体操を実践されています。

元気のトレーニング

心＝身体

～身体の筋肉を元にもどし、心身の健康美を～

－自分の身体にやさしく、
筋肉の無駄遣いをしない！－

軽い運動・体操をおこないますので
身体を動かしやすい服装でご参加ください
※**タオル**をご持参ください

患者会に関する質問・お問合せは
こちらまでお気軽にどうぞ
osakatsunagari@hotmail.co.jp