

第20期まちづくり大学

公開講座

ボランティア特別編



健活のススメ

「脳刺激と運動器エクササイズ」

日時

2024年12月7日（土）

9:30～11:30

会場

市立コミュニティセンター  
大会議室

参加費

無料（定員50名）



講師:新野 弘美氏

プロフィール

京都先端科学大学健康医療学部  
健康スポーツ学科准教授博士（医学）  
専門分野:身体教育学  
研究:健康教育、ストレッチング、  
抗動脈硬化、加齢・老化



お申込・お問合せ

大阪狭山市市民活動支援センター

TEL&FAX:072-366-4664

E-mail:simin025@yachat.ocn.ne.jp