

令和8年度 川崎市介護予防講演会

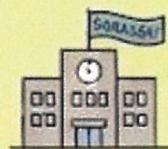
丈夫な骨は**日々の積み重ね!!**

今すぐ始める手軽な運動習慣

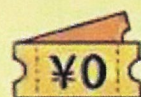
元気な骨は1日にしてならず…。
転倒、骨折から寝たきり等为了避免のため、
骨を丈夫にするための正しい運動を知り、
今日から始めてみましょう！



日時：令和8年**10月20日（火）**
13:30～15:30



場所：かわさき健康づくりセンター体育館
（裏面に地図がございます）



参加費：無料



定員：50名（要予約）



持ち物：お水、上履き、タオル

講師：健康運動指導士 田中 宏昇氏



お申込み・お問い合わせ：主催 川崎市医師会かわさき健康づくりセンター
TEL：044-333-3741

会場 : かわさき健康づくりセンター

住所 : 川崎市川崎区渡田新町3-2-1

電話 : 044-333-3741

電車 : 京浜急行 八丁畷駅下車徒歩8分

バス : 川崎駅東口6番バス乗車【川40系統】

川崎運送前下車徒歩5分

