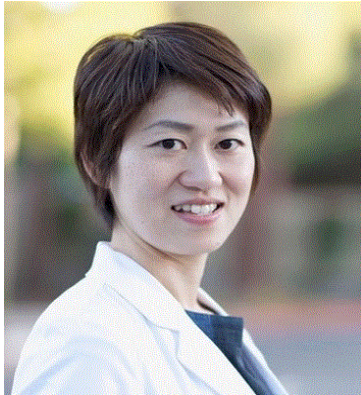


福岡市市民レクリエーション大会

主催/NPO法人福岡市レクリエーション協会・福祉レクリエーション推進委員会

福祉レクリエーションセミナー開催!!

おうちで養生 ～やさしい運動とツボでケア～



東洋医学の「経絡(けいらく)・ツボ」を用いた、ツボ刺激やストレッチなど自宅でも簡単に実践できるやさしい運動やケア方法をご紹介します。

腰痛、肩こり、慢性疲労など体の不調を東洋医学を用いたケアで軽減し、快適な毎日を過ごせるカラダづくりを行いましょう。

講師

山下 なぎさ 氏

ロータスウェルネス鍼灸院 はり師 きゅう師 健康運動指導士 診療情報管理士 他

日時

令和4年9月10日

土

14:00～16:00 受付:13:30～

場所

〒815-0031 福岡市南区清水1-17-15

福岡市立障がい者スポーツセンター 2階講習室 TEL : (092) 751-1121

定員

50名

参加費

1,000円

対象 福祉と健康づくりに関心のある方 人生をいきいきと楽しみたい方

福祉施設あるいは地域において、福祉レクの実践・支援に関わっている方

申し込み:9月5日(月)までに下記の申し込み用紙に必要事項記入し、FAXまたはメールでお願い致します。

●このセミナーはレク・インストラクター資格取得のための単位の一部となります。履修カードをお持ち下さい。

問い合わせ : NPO法人福岡市レクリエーション協会 (〒819-0005 福岡市西区内浜1-5-1)

TEL:092-707-6617 FAX:092-707-6600 E-mail:info@rec-fukuokacity.jp

福祉レク部会会員の申し込みは、担当 : 山崎朋枝へ (TELは福祉家族を参照)

福祉レクリエーションセミナー 参加申し込み【9月10日(土)開催】

しめい
氏名

○で囲んでください
一般

〒
住所

市レク会員

TEL

福祉レク部会会員