

# 腰痛・膝痛予防の 健康教室



**11月6日(日) 9:00~10:00**

消火器の取り扱いについて10:00~10:30

**定員：30名** 要予約(先着順) Fax と Eメールで受付

**参加費：無料**

**持参物：筆記用具・メモ用紙・タオル  
飲み物(動きやすい服装で)**

**場所：宇部・山陽小野田消防局 3F 会議室**

(宇部市港町二丁目3-30) バス商工会議所前停留所から 徒歩8分

**お問い合わせ：0836-35-4422 (末永整骨院)**



慢性的な痛みの原因をわかりやすく解説。実際にお家でもできる体操を行い痛みを解消へ。お友達、ご家族と一緒に健康なからだ作りの基本を楽しく学びましょう!

講師：末永整骨院 院長 末永成一

後援：宇部市・宇部市スポーツコミッション・宇部市体育協会

**同時開催**  
消火器の取り扱いについて

**10:00~10:30**  
お子さまやお孫さんと一緒にどうぞ!

## お申し込み欄

ご記入いただいた個人情報は主催者管理とし、第三者に提供することは絶対にいたしません。

氏名  年齢  歳  住所

氏名  年齢  歳  電話番号

簡単な軽運動のみですが、けが等の恐れのある方やご心配の方は各自で任意の傷害保険等にご加入のほどお願いいたします。

次回開催日 **平成29年1月22日**

Fax: 0836-38-5522

Email: info@suenaga-genki.com