

浜松市と聖隷クリストファー大学との連携事業

みんなで筋肉学

筋肉を学んで、肩こり、腰痛に負けない体をつくる

筋肉の機能や構造などを知り、肩こりや腰痛のメカニズムについて学びます。
原因となる体の動きや動かし方、予防するための方法を体験します。

～ 主催 浜松市、聖隷クリストファー大学 ～



12月9日(木)

10時30分～11時30分

場 所 西部協働センター1階 ホール

講 師 聖隷クリストファー大学
矢倉 千昭 教授
リハビリテーション学部 理学療法学科の学生

定 員 20名(一般・高齢者)

受講料 無 料

持ち物 汗拭きタオル、水分補給用飲料、筆記用具、
マスク

- *新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になる場合があります。
- *風邪の症状など身体の調子が悪い時は、お休みしてください。
- *必ずマスクを着けてください。
- *講座風景の写真を、市や大学の刊行物、ホームページなどに掲載させていただくことがあります。ご了承の上、お申込ください。

申し込み方法

11月25日(木) 午前9時から 先着順

- 西部協働センター窓口にて受付します。
- 先着順になりますので、定員人数になり次第締め切りとさせていただきます。
- 定員に満たない場合は、午前11時から電話受付(452-0734)します。
- 駐車場が少ないため、公共交通機関での来館にご協力ください。

