

第2回 海星イキイキ教室

テーマ：「健康で楽しく過ごせる日々を」
市民公開講座

日時

2024年11月2日（土）14時～16時

※開場は13時30分からです
（詳しくはお申し込み後、後日お送りする招待状をご参照ください）

会場

王子スポーツセンター 2F 柔道場 定員：100名

- ・柔道場で行います。素足、靴下で参加していただきます（履物不可） ※定員になり次第受付を終了致します
- ・このプログラムは杖を使わずに日常生活ができる方が参加推奨されます
- ・移動に杖や押し車が必要な方には別途体操プログラムを準備しています
- ・体操やウォーキングをしますので、動きやすい服装とタオル、水分を持参してご参加ください

注意事項

プログラム・会場地図は裏面に記載しています。

参加お申し込み方法

添付のハガキに下記記載事項をご記入の上、切手を貼らずそのままポストに投函ください。

記載事項／

- ①ご住所
- ②お名前
- ③電話番号
- ④参加人数

（1人につき5名まで申込可能です。）

受付締切／

2024年10月23日（水）消印有効

※当選の発表は招待状の発送をもってかえさせていただきます。

※招待状の発送先は代表者様ご住所にお送りします。

※電話によるお問合せには対応できません。ご了承ください。

※ハガキにご記載いただいた個人情報は今回の講演のみに使用致します。

主催：医療法人財団 神戸海星病院

郵便ハガキ



料金受取人払郵便



差出有効期間
令和7年4月
30日まで

（切手不要）



6 5 7 8 7 9 0

海星イキイキ教室・市民公開講座
申し込み係 行

神戸海星病院
医療法人財団

神戸市灘区篠原北町3丁目11番15号

プ

ロ

グ

ラ

ム

開会のごあいさつ

神戸海星病院 理事長 井上 信孝

「笑って、楽しく体操」～フレイル予防～

老人看護専門看護師 正田 美紀
医療ソーシャルワーカー 勝部 徹

「心臓リハビリテーション体験」

～健康的な歩行に挑戦！！～

心臓リハビリテーションチーム

①ご住所

〒

②代表者 お名前

(ふりがな)

③代表者 電話番号

④参加人数

※代表者1名につき、代表者を含む5名まで
申込可能です。

名

(代表者を含む人数をご記載ください。)

受付締切/2024年 10月 23日(水) 消印有効

※電話によるお問合せには対応できません。ご了承ください。

【会場アクセス】



【交通案内】

- 阪急神戸線「王子公園駅」徒歩10分
(三宮駅から約5分、大阪梅田駅から約30分)
- JR神戸線「灘駅」徒歩10分
(三ノ宮駅から約3分、大阪駅から約25分)
- 神戸市バス

三宮から2系統 (野崎通り3丁目バス停)
三宮から90、92系統 (王子動物園前バス停)