



西宮渡辺心臓脳・血管センター



市民健康講座

参加費無料

自宅で出来る健康体操

講師

疾病予防運動施設 健康塾
健康運動指導士 村川由布子



2026年3月25日(水) 14:30~15:00

会場 西宮渡辺心臓脳・血管センター 本館5F食堂

西宮渡辺心臓脳血管センター附設のメディカルフィットネス（疾病予防運動施設 健康塾）で好評の「健康体操」をお集まりいただいた皆さんと一緒に過ごします。健康運動指導士が一つ一つの動きの効果やワンポイントをお伝えしながら、自宅でおすすめの体操をご紹介します。楽しく一緒に身体を動かしましょう！

お問合せ：西宮渡辺心臓脳・血管センター 医事課

TEL：0798-36-1880

住所：西宮市池田町3-25

FAX：0798-36-1199

HP：<http://www.n-watanabe-hosp.jp/hab/>

参加申込書

3/25【ご本人さま控え】 太枠のみご記入ください。

当日参加も可能です。
お気軽にお声掛けください

ID： 氏名 様

太枠のみご記入ください。

参加申込書

【3/25病院控え】 太枠のみご記入ください。

申込日 2026年 月 日

ID			
氏名	様	生年月日	大 明 昭 平 年 月 日
連絡先	TEL ()		