

無料

# “コープ健康講座”

参加者  
受付中

誰でも自由に参加できる健康づくりを楽しく学ぶ講座です。

	開催日	テーマ	定数
1	6月28日(金) 午後2時	料理教室① (島野菜 夏を元気にのりきる食養生) 講師:備瀬 紀子 おなほ薬局 薬剤師 国際中医専門員	20名
2	7月12日(金) 午後1時	太極拳① (中国式健康法) 講師:山城 忍 天行健中国武術館	30名
3	8月30日(金) 午後2時	認知症予防教室 講師:屋良 樹一 沖縄医療生協 認知症ケア専門士	30名
4	9月20日(金) 午後2時	スクエアステップ教室① 講師:安富祖歩美 うらそえ介護福祉士会 介護福祉士	30名
5	10月11日(金) 午後2時	最新の血管治療について 講師:沖縄協同病院 医師	30名
6	11月22日(金) 午後2時	料理教室② (島野菜の魅力を知ろう) 講師:備瀬 紀子 おなほ薬局 薬剤師 国際中医専門員	20名
7	1月31日(金) 午後1時	太極拳② (中国式健康法) 講師:山城 忍 天行健中国武術館	30名
8	2月21日(金) 午後2時	スクエアステップ教室② 講師:安富祖歩美 うらそえ介護福祉士会 介護福祉士	30名
9	3月27日(金) 午後2時	腰痛予防運動 講師:ぴたさぼ牧港 機能訓練指導員	30名
<b>会場 コープ牧港 2階 会議室</b>			

**定数がございます参加希望者は、お電話でお申込み下さい。**

申し込み・お問い合わせ **098-878-5963**

おたがいさま健康サロン (平日 午前10時～午後4時)



協賛:CO・OP 共済