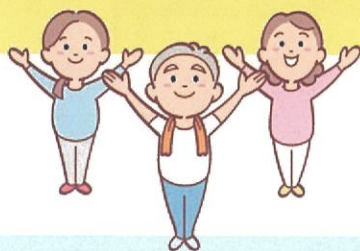




～手軽な運動から始める 暑さに負けない身体づくり～

熱中症の予防には、しっかりと汗をかけるような体づくりが大切です。

簡単な運動で体質改善！暑い夏を乗り切りましょう！！



日時：令和7年7月1日（火） 13：30～15：30

🍃 会場：かわさき健康づくりセンター 体育館

🍃 先着：50名 無料

🍃 講師：健康運動指導士 田中 宏昇 氏



お申込み・お問い合わせ

主催：川崎市医師会 かわさき健康づくりセンター

TEL 044-333-3741



会場 : かわさき健康づくりセンター

住所 : 川崎市川崎区渡田新町 3 - 2 - 1

電話 : 0 4 4 - 3 3 3 - 3 7 4 1

電車 : 京浜急行 八丁畷駅下車徒歩 8 分

バス : 川崎駅東口 6 番バス乗車【川 40 系統】

川崎運送前下車徒歩 5 分

