

夏こそ体重を落とさない！ 健康体操講座

日 時 : 令和6年8月23日(金) 10:30~12:00
場 所 : 光明池サンピア本館 3階イベントホール
対 象 : どなたでも参加できます
講 師 : 大阪経済大学 教授 高井逸史 さん
申 込 : 不要
費 用 : 無料
定 員 : 50名



講座の内容

夏やせは熱中症の危険因子です
夏に筋肉を落とさない工夫をお伝えします

* 講座終了後にアバターの遠隔操作体験も行います

《お問い合わせ》

堺市政策企画部先進事業担当

【電話】072-228-7480

【担当】中川

