



iクラブ設立10周年 記念事業

室増男 東邦大学名誉教授 講演会

稲城市後援 市民活動支援講座



“ 全身運動を生活習慣に ”

～ 健康につながる運動とは何か ～

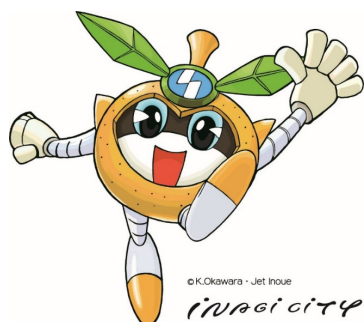
・・・ 2月15日（土） 14：00 地域振興プラザ ・・・

iクラブの設立10周年記念事業として、東邦大学医学部にて長年運動生理学を専門に研究されてきた室増男 東邦大学名誉教授を講師にお迎えし講演会を開催いたします。医学的見地から“皆さまの日常に運動がどれだけ必要か”そして“どのような運動をどれくらいすれば良いか”などを解説いただきます。健康向上に役立つ本講座に、ぜひご参加ください。

講 師	室 増男 東邦大学名誉教授 医学博士
講師プロフィール	元大学院 医学研究科 教授（大学院生理学講座） 帝京短期大学 非常勤（生理学）

- 開催日時 2020年2月15日（土） 14：00～16：00 ※開会5分前までに受付をお済ませください。
- 会 場 地域振興プラザ・4階会議室 稲城市東長沼2112-1
- 受講料 300円（市民活動サポートセンターいなぎ会員を除く）
- 受講対象／定員 中学生以上／60名
- お申込み iクラブ事務局 火曜日～金曜日 12：00～16：00
- お問合せ TEL 042-331-8866 080-2029-1323 ※お電話のかけ間違いにご注意ください。
E-mail inagi-i.club@nifty.com
- 申込締切 2020年2月5日（水）
- 主 催 iクラブ（特定非営利活動法人）
- 後 援 稲城市
- 協 力 市民活動サポートセンターいなぎ
- 備 考 定員になり次第締め切りとなりますので、お早めにお申し込みください。

参加してね!!



会場 MAP



京王相模原線稲城駅から
徒歩約10分

稲城市役所前から
徒歩約2分