

楽しく体を動かそう!

水中運動で
広がる
仲間の輪



川崎市では、毎月第4土曜日を、市民の方に「健康について語り、学び、考え、**実行する日**」とした**市民健康デー**としています。

その一環として、今年度も健康に関する講演会を開催します。

夏に開催された、ロンドン五輪も記憶に新しいと思いますが、今回は「**体を動かすこと**」をテーマとして、日本のアクアエクササイズの第一人者の方を講師にお招きしました。

この講演会を機会に、あなたと大切なパートナーや家族、周囲の人たちの健康を考えてみませんか。

日 時

平成24年11月13日(火)

午後3時15分～午後4時15分(開場 午後3時)

場 所

川崎市役所 第4庁舎 2階 ホール(裏面地図参照)
JR川崎駅東口から徒歩7分

講 師

今野 純 氏(アクアダイナミックス研究所所長)

対 象

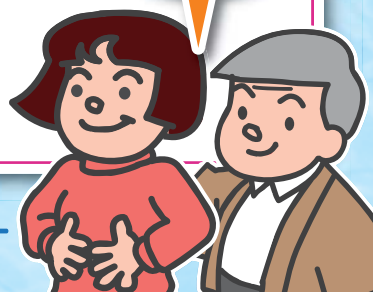
市内在住・在学・在勤の方 先着100名 **【参加無料】**

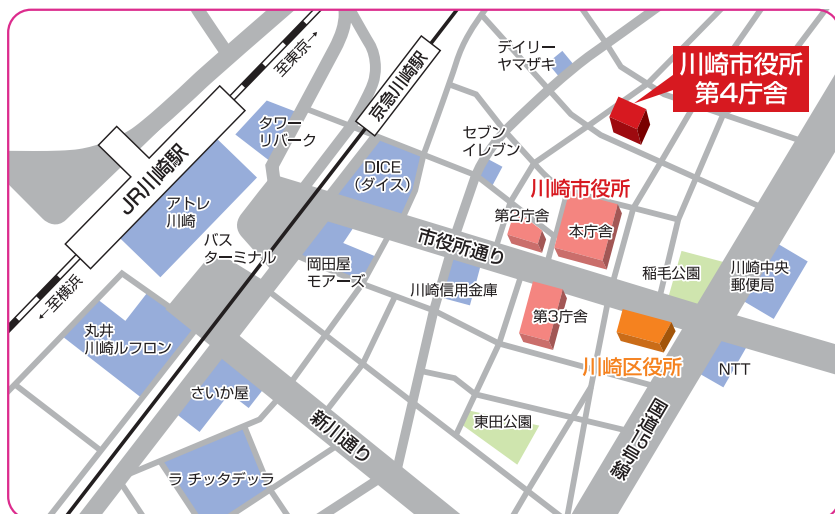
お申込み・問い合わせ先

10月25日(木)午前9時から、電話かFAXで申込みを受付けます。**【先着順】**

川崎市健康福祉局健康増進課 電話:044-200-2438
FAX:044-200-3986

妊婦さんや
お年寄りの方に
オススメです!





J R川崎駅東口から徒歩7分、
京急川崎駅から徒歩5分

※第4庁舎に駐車場はございません。本庁舎及び第3庁舎駐車場は混雑が予想されますので、交通公共機関を御利用ください。

講師紹介



今野 純 氏

株式会社 アクアダイナミックス研究所所長。
これまでに、フィリピン水泳連盟強化コーチ、
国立フィリピン大学体育学部講師などの経歴があり、
昭和61年に株式会社アクアダイナミックス研究所を設立。
現在も、全米アクアエクササイズ協会顧問等に就任しており、
国内外を問わず、幅広く活躍。

著書:「からだに元気！水のマジカルパワー」(法研)など

参加申込書

市民健康デー講演会「楽しく体を動かそう！～水中運動で広がる仲間の輪～」

(受付開始日時 平成24年10月25日(木) 午前9時～)

(ふりがな)
氏 名:

※複数名でお申込の場合、全員の方の氏名をご記入ください。

住 所:

電話番号:

川崎市健康福祉局健康増進課 FAX番号:044-200-3986

※電話での申込みも受付けております。※定員になり次第、受付終了となります。