



疲労回復と免疫力アップにつながる 運動と食事

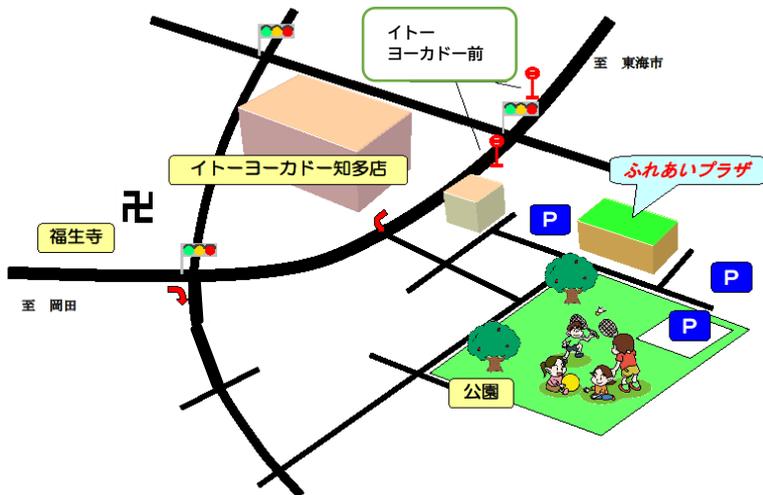
日時： 令和8年1月25日（日） 10:00～12:00

場所： ふれあいプラザ 2階 集会室

講師： やまもと かずえ 山本 和恵さん（日本福祉大学スポーツ科学部助教）

参加費： 300円（当日集金）

その他： 動きやすい服装で参加



▼ 交通アクセス ▼

【お車でお越しの場合】
朝倉インターから7分

【公共交通機関をご利用の場合】
知多市コミュニティ交通
あいあいバス
（北部循環コース・南部コース）
「イトーヨーカドー前」下車
徒歩3分

※ 窓口で申込みの際は、ここから下を切り取って提出してください。 ※



受付票

電話、FAXでの申込みも受け付けます。

FAXでお申し込みの際は、この用紙に必要事項を記入し、下記の番号へ送信してください。
（送信後、中部公民館へ確認の電話をしてください。）

◆ FAX
0562-56-2911

↓ 確認の電話はこちらへ
0562-54-1535

日本福祉大学 提携講座

疲労回復と免疫力アップにつながる運動と食事

日時： 令和8年1月25日（日） 10:00～12:00

フリガナ	
氏名	
住所	〒 -
電話番号	() -