

～J.M.S 特別企画イベントのお知らせ～



癒しの空間で日頃のお疲れを  
リフレッシュしてみませんか？



## 誰でも出来る優しいピラティス・ストレッチ体操 & 乳がんを知ろう！ミニ講座

日時 : 10月16日(日) 10:30～12:00 終了  
(10:40～ ストレッチ体操)  
(11:15～ 乳がんミニ講座)

場所 : アミューあつぎ

参加費 : 無料

講師 : 健康運動指導士・看護師  
管理栄養士



- ・乳がんを身近に感じて頂ける体験型イベントです。
- ・あゆコロちゃん GENKI ポイントの対象イベントです。(5ポイント付与)

※J.M.S特別企画のため女性の方に限らせて頂きます。

予め、ご了承頂けますようお願い致します。



**お申込み・お問い合わせ先**



☆お申込み時は、以下①～④をお伺い致します☆

①参加人数 ②お名前 ③ご連絡先 ④ご住所(ご案内の郵送先)

※通院中の既往症がおありの方、過去に大きな病気にかかった事がある方は、安全のため、かかりつけ医へ事前にご相談下さい。その他、ご不安なこと等がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

電話 : 046-223-1150 (祝日除く月～土曜日 8:00～16:30)

Eメール : [hokenshido@h-p-m.org](mailto:hokenshido@h-p-m.org)

主催 : 公益財団法人 健康予防医学財団

ヘルスケアクリニック厚木(担当: 大堀・潮田・直海)

