



茨城県薬剤師会

県民公開講座

参加
無料

武道がヒントの健康法を伝授します！



武道に学ぶ！！ 暮らしの中での健康法

～身体の動かし方の極意～

「薬だけに頼らない薬剤師」として全国を飛び回る長島先生をお招きし、実践的で日常生活に取り入れやすい若々しく在るための知識や、ハツラツとした毎日を過ごすためのポイントについて、武道のお話を含め講演します。



講師

長島 寿恵 先生

健康増進コンサルティング
株式会社

定員

120名

事前予約制

日時

令和7年12月21日(日)

時間

10:00～12:00

会場

水戸市民会館3階 大会議室
(水戸市泉町1丁目7-1)

※会場へは公共交通機関をご利用いただくか
近隣のコインパーキングをご利用ください。

下記に必要事項をご記入のうえ、切り取らずにFAX又は郵送、下記QRコードからお申込みください。

●定員(先着順)を超えた場合は、お断りのご連絡をいたします。 ●参加者には、1人1本ヤクルト乳製品をお渡しします♪



フリガナ 氏名	
住所 受講票を送付させていただきます	〒
電話番号	

▼ FAX または郵送、下記 QR コードにてお申し込みください

お申込み
お問合せ



029-306-8040

茨城県薬剤師会 Tel. 029-306-8934
〒310-0852 水戸市笠原町 978-47



共催：(公社)茨城県薬剤師会
茨城県女性薬剤師会
後援：茨城県、水戸市
(株)茨城新聞社
(株)LuckyFM茨城放送
茨城県女性団体連盟
協賛：水戸ヤクルト販売(株)