

有限会社ウェイクスでは、地域の皆様の健康づくりをお手伝いさせていただいております。

当院スタッフによる『出張 健康教室』をご希望される場合は、お気軽にご相談ください。

〔連絡先〕 ☎ 0893-25-4591 担当：和氣やすのり

お電話で「健康教室開催の相談」とお伝えください。 (大洲市徳森 南予接骨院)

担当が ①開催希望日 ②頻度[1回のみ・定期的] ③内容などについて、ご希望の確認とスケジュールの調整をさせていただきます。

『出張 健康教室』申込書 FAX 0893-25-1677

事業所・施設名		
担当者様 <small>ふりがな</small> 氏名		
住所		
連絡先	電話	FAX

※記入していただいた個人情報 は当院からの連絡にのみ使用させていただきます。

↓ 希望する講座に○をお付け下さい。どの講座も所要時間約60分、料金5,000円となります。

高齢者へ 健康づくりの 体操教室	高齢者対象で激しい運動はありません。男性も女性も一緒に参加できます。椅子に座って出来る簡単な体操です。転倒予防や介護予防など健康寿命を延ばしましょう！カラダの仕組みや季節に合わせたお話もしますよ。
スポーツ学生へ ストレッチ テーピング教室	小・中・高校生対象。部活動やスポーツ少年団・クラブチームで運動中に起こるケガの予防や処置などを学びましょう！キネシオテーピングの正しい貼り方や体の部位に合わせた効果的なストレッチなど。保護者・コーチ・指導者の方にも好評です。
産後のママへ 産後太り解消 骨盤体操教室	育児でお疲れママ対象(もちろんパパも、子連れでの参加OK)。産後太りや下半身やせしない、尿漏れや恥骨痛は骨盤の開きや骨盤底筋に問題が！抱っこや授乳姿勢からくる猫背姿勢の改善など、育児をしながらご家庭でも出来る体操を紹介します。

その他ご不明な点、ご質問やご要望がありましたら、こちらにご記入ください。

上記講座を { 1回のみ / 定期的に } 希望する。(どちらかに○を付けて下さい)