

活力ある健康コミュニティ はじめませんか？

こどもに夢を 高齢者に健康を

日本体育大学とコラボで実現！

健康教室開催のご案内

健康教室の内容は、自治体のご要望に合わせてカスタマイズ

キッズ



運動能力アップ
ケガをしない身体作り

シニア



関節の痛み・転倒予防
健康寿命の延伸

運動指導者



指導者の養成
実践力向上

健康教室がもたらす効果

社会的
つながりの強化

自己効力感
向上

地域の活性化

ストレス
解消

運動習慣の
定着

スタッフは柔道整復師、日本スポーツ協会アスレティックトレーナー
健康運動指導士等の有資格者

お気軽にご相談ください！

実績

腰痛さようなら体操、膝痛さようなら体操、肩痛さようなら体操、キッズ体操教室、
シニア向け派遣型公開講座、派遣型指導者養成講座、ウォーキング講座

お問い合わせ先

学校法人 日本体育大学 総合企画部
〒158-0081 東京都世田谷区深沢7-1-1

Tell : 03-3704-5203

Fax:03-3704-3342

Email : so-kikaku@gaku-nittai.ac.jp