

# 平成26年度

## 第2回 健康づくり講座日程表

日時 平成27年3月14日(土)

場所 三重県津市万町津173番地

三重市町村会館 3階 会議室

日 程	内 容
12:45~	受 付
13:00~	開会挨拶 (共済組合)
13:05~	<p>講演 「肩こり・腰痛の病態や 予防のための姿勢チェックポイント」</p> <p>実技 ・ 姿勢チェック ・ 肩こり・腰痛予防エクササイズ</p> <p>講師 医療法人MSMCみどりクリニック メディカルフィットネスSHL代表 健康運動指導士 <small>ひやくさい</small> 百 済 はつえ 氏</p>
16:00	閉会

※ 日程は、変更する場合があります。