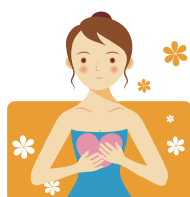


～なりたい私になる講座～



第1回 「グッドエイジングな私になりたい」

2月27日(月) 13:30～15:30

骨密度測定・体内年齢測定・血流測定など
私が選ぶ女性として憧れる有名人グランプリ
私のグッドエイジング術

第2回 「カラダ元気な私でいたい」

3月5日(月) 13:30～15:30

こんなに違う男女の健康の課題
女性特有の病気の予防と生活習慣改善術、アロマセラピー

第3回 「私らしく心豊かに過ごしたい

～私のラッキーカラーを見つける～

3月13日(火) 13:00～15:00

講師：カラーアナリスト・フリーアナウンサー
桶村久美子先生

第4回 「若々しい美ボディになりたい」

3月27日(火) 13:30～15:30

エイジング美エクササイズ 金井真沙美先生
簡単体力測定・グループトーク

場所

第1・2・4回は中保健センター講堂(希来里3階)
第3回のみ東大阪市男女共同参画センター
イコーラム(希来里6階)

対象

先着35名

定員

65歳未満の女性

申込先

中保健センター 072(965)6411

無料

主催 東大阪市健康部
中保健センター
共催 東大阪市人権文化部
男女共同参画課