

からだ・リフレッシュ講座

日ごろの運動不足やストレスを感じている方に役立ちます。

日 時：平成 21 年 11 月 9・16・23・30 日

(全 4 回・いずれも月曜日)

13:30~15:00

参加費無料

場 所：2 階 多目的ホール

講 師：西原 由美子さん

保育有り

持ち物：タオル・水筒（飲み物）

動きやすい服装でお越し下さい。

保 育：1 歳 6 ヶ月～就学前の幼児 10 名

(保育料：4 回分 1200 円)

申込み：定員 50 人（多数抽選）

10 月 22 日（木）必着

往復はがきに講座名・住所・名前・電話番号・年齢

（保育希望の方はお子さんの名前・年齢・性別）を

ご記入の上、協議会事務局へお申込み下さい。



西原由美子さんのプロフィール

体操競技の国際大会に多数参加。

イギリスで社会体育指導研究、中国で気功体操指導研究。

京都府立医科大学・京都府立附属看護学校元非常勤講師。

現在、気功体操・太極拳・整体育指導者。

※お申込みの個人情報は、協議会事業以外に使用することはありません。

※来場者用の駐車場はありません。



主催：吹田市亥の子谷コミュニティ協議会

〒565-0824 吹田市山田西 1-26-20

(吹田市立亥の子谷コミュニティセンター内)

TEL 06-6878-3155

西原由美子さんのプロフィール

体操競技の国際大会に多数参加。

イギリスで社会体育指導研究、中国で気功体操指導研究。

京都府立医科大学・京都府立付属看護学校元非常勤講師。

現在、気功体操・太極拳・整体育指導者。