

全国各地

鎌田

鎌田式

寝たきりにならないために、
ピンピンヒラリの秘訣



当日券はぐじやうません。
満員御礼



初公開 健康長寿体操
「みんなでヨイ
お披露目会も

2023年

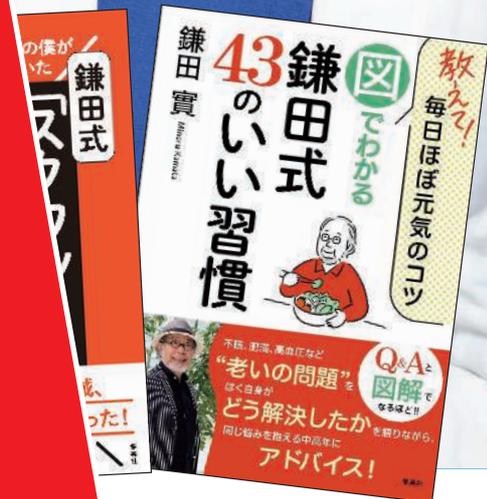
11月11日

13:30~15:00
(受付開始 13:00)

天平の湯
ご入浴付

受講料

700円



赴任。30代で院長となり、潰れか
を作り、長野県を長寿で医療費の
、地域包括ケア研究所所長）
げられ、現在全国各地から招かれ

本人30人）に選抜されるなど、

。ベストセラー「がんばらない」、「鎌田式『スクワット』と『かか
たし』」70歳からの「貯筋」習慣」他、著書多数。

■お申込み：天平の湯受付または、お電話で！

会場 わくや天平の湯 小劇場

〒987-0121 宮城県遠田郡涌谷町涌谷字中江南 222 番地

TEL 0229-43-6330

主催 NPO まち感動クリエイティブ

〒981-0931 宮城県仙台市青葉区北山一丁目 5-22

先着
150名

