

まちスポ健康カフェ



健康はなにものにも代えがたい、財産。
まちスポ神戸では「げんき」と「キレイ」を保てるよう、
どなたでも気軽に集える『まちスポ健康カフェ』を開催中
みなさんのご参加お待ちしております♪

- 体組成計（身体の部位別の筋力、体脂肪、バランス）測定・血圧測定
- 看護師との茶話会・ミニ健康講座などを予定

7月のミニ健康講座（11：00～11：30）

健康的な暮らしを送るための整理術 ワンポイントレッスン♪

お茶を飲みながらのおしゃべりだけでも、お子さん・お孫さん連れも大歓迎♪

次回は、7月17日（火）10：00～14：00

（出入り自由！いつ来ても帰っても大丈夫）

参加料：500円（体組成測定・お茶つき）

会場：まちづくりスポット神戸 交流スペース

■お申込みは不要です。当日、まちづくりスポット神戸へお越しください



お問合せ・お申込先

まちづくりスポット神戸

〒655-0009 神戸市垂水区小束山手 2-2-1

BRANCH 神戸学園都市 1階

電話：078-797-7833 FAX：078-797-7844

メール：machispo@cskobe.com（水曜日休館）

- 神戸市営地下鉄（西神・山手線）「学園都市駅」から
- ・徒歩の場合 → 南出口より垂水方面へ15分
- ・バスの場合 → 56系統 小束山手2丁目下車すぐ

まちづくりスポット神戸は、地域で暮らす人々の地域のための活動をサポートする
目的で、BRANCH 神戸学園都市に開設し、大和リース（株）と認定NPO
法人コミュニティ・サポートセンター神戸が協働し運営しています。