

豊川市制施行80周年記念事業

入場無料

(事前申込不要)

- ・豊川市在住
- ・概ね60歳以上の女性の方

～いくつになっても

輝く女性で～

ココロもカラダも生き活きと

健康運動指導士の伊藤聖子氏をお迎えして、いくつになっても健康で美しく輝き続ける女性になるための生き方のヒントをお話しいたします。

令和6年1月27日(土)

13:00～15:00 (開場12:00)

豊川市文化会館 中ホール

- ▶13:00～ オープニング
- ▶13:15～ 女性会員の活動紹介
- ▶13:40～ 伊藤聖子氏講演

【展示室】

- ▶12:00～16:00
- ・ハンドメイド作品 展示販売
- ・相談カウンター

講師

健康運動指導士
伊藤 聖子氏



【講師プロフィール】

- ・S-studio代表
 - ・愛知県健康づくりリーダーほか
- 1965年愛知県生まれ。日本体育大学体育学部健康学科卒業。平成4年より、フリーの健康運動指導士として、東三河を中心に活動を始める。平成6年に愛知県健康づくりリーダーに登録。連絡協議会の役職を長年勤める。平成30年9月厚生労働大臣感謝状を授与。2021年には東京オリンピックの聖火ランナーを務める。

【主催】 公益社団法人 豊川市シルバー人材センター ♡女性委員会

【問合せ】 公益社団法人 豊川市シルバー人材センター事務局 TEL:0533-84-1851