

Dr. KAKKOの

～きれい&元気になる!～

大人のラジオ体操



整形外科医・医学博士・スポーツドクター

講師

中村 格子 氏

なかむら かくこ

日時

9月16日 日 平成24年

受付 午前9時30分～

講演会 午前10時～11時30分

場所

岩手医科大学

矢巾キャンパス体育館

矢巾町大字西徳田第2地割1-1

プロフィール

整形外科医師 医学博士・スポーツドクター
1966年生まれ。各種チームの日本代表チームドクターとしてアスリートを支える傍ら「健康であることは美しい」をモットーに健康で美しい人生をサポートしている。テレビ・雑誌などのメディアでも活躍中。臨床整形外科医としてのキャリアと多くのトップアスリートの健康管理・指導経験からエクササイズを考案。特別な道具やテクニックは一切必要なく、体力に自信がない人、運動が苦手な人でも安心して取り組めるエクササイズが特長。
『女医が教えるマジカルエクササイズ』（すばる舎リンケージ）『実はスゴイ!大人のラジオ体操』（講談社）など著書多数



入場無料(整理券必要)

先着300名

※入場整理券配布先 → 矢巾町社会教育課(矢巾町公民館内)

主催: 矢巾町教育振興運動推進委員会

共催: 矢巾町、矢巾町教育委員会

申し込み
問い合わせ

矢巾町社会教育課(矢巾町公民館内)019-611-2854

(受付時間9～21時、月曜日休館)

