

令和8年度第3回健康づくり県民講座

腰痛・膝痛予防

痛みの予防にスポーツトレーナーが
お答えします。
座学と実技で学びます。



令和8年 9月5日(土)

9時30分～12時00分(9時から受付)

初めての方でも安心してご参加
いただけます。涼しい室内、自分
のペースで体を動かしましょう！



会 場：千葉県総合スポーツセンター内
スポーツ科学センター 4階多目的アリーナ
講 師：船橋整形外科病院 理学診療部
トレーナー 渡辺 晋也 氏

募集 期間：令和8年9月4日(金)
定 員：50名(定員になり次第メ切)
料 金：600円 当日支払い
そ の 他：室内専用シューズ
運動しやすい服装・飲み物・タオル



- お問い合わせ・お申し込みは裏面をご覧ください
- 医師による運動制限のある方は事前にお申し出ください。

健康づくり県民講座 申込用紙

プライバシーポリシー

ご記入いただいた個人情報は厳正な管理の上、主催者側の事務処理に関する手続き、講座の運営に関わる資料作成に使用いたします。

なお、個人情報は、関連法令により認められた場合を除き、各位の事前の承諾なしに第三者に提供することはありません。

ふりがな			性別	年齢
氏名			男 ・ 女	満 歳
お住まいの地域	千葉市	稲毛区 ・ 中央区 ・ 花見川区 ・ 美浜区 ・ 若葉区 ・ 緑区		
	千葉市以外	市 ・ 郡		
連絡先	TEL	—		
	Mail	@ ※未登録の方で、次回の健康づくり県民講座のご案内を希望される方		
過去参加の有無	あり ・ なし			
医師による運動制限、または運動に差し支える症状はありますか？ 例) 膝の痛み				
なし ・ あり ()				
受付日時	受付番号	受付者	受付対応 ①窓口 ②TR ③TEL ④メール	



【申込み方法】

申込み・問い合わせ時間 9時～17時

*月曜日（月曜祝日の場合は翌平日）は休所日です。

事務所窓口（スポーツ科学センター2階受付）へ直接
または、お電話・メールでお申し込みください。

E-mail kango@cue-net.or.jp

お名前・年齢・住所・TELをご記入ください。

【申込み・問い合わせ先】

千葉県総合スポーツセンター
〒263-0011 千葉市稲毛区天台町323番地
TEL 043-290-8501
事業運営担当 鈴木