

運動や栄養等の専門家、皆様の所に出前します！

（地域・友人同士、または個人・・・移動教室など）

運動はしたいが、ひとりではちょっと・・・、今の集まりの仲間と一緒にしたい・・・、同じ場所から環境の変わった自然に親しみ楽しい運動をしたい。こんなご要望にお応えします。場所探し費用など気軽にご相談下さい。最適な内容で、専門のトレーナーを派遣します。 （第2版）

運動教室・移動教室

内容（例）

これからも若々しく美しく自分のリズムに合わせた体操
四季を体感しながら、いつまでも自分の脚で歩こう
からだも脳も若返り、これなら続く簡単運動

対象年齢 約40歳～100歳まで

健康・運動体験セミナー

内容（例）

美味しくきれいに痩せる食べ方、骨粗しょう症、
糖尿病、高血圧、誤嚥性肺炎予防・・・

免疫力向上をしよう 「快眠・快食・快便」



研究所アドバイザー 永富良一
東北大学大学院医工学研究科
健康維持増進医工学分野教授

教室・セミナー等のお問い合わせ

料金： 人数・回数に応じてご相談に応じます

計画の段階からご相談ください！ご要望に合ったメニュー、プログラムをご提案させていただきます！安藤まで 電話 080-8201-7278

E-mail : kenko-design@kdlabo.or.jp HP : <http://kdlabo.or.jp>



自分の健康は自分で守る、そのお手伝いをする
KDK一般社団法人 健康デザイン研究所