

2018年 第9回レディース&メンズサパー 講演会

「良い姿勢づくりと正しい歩き方」

－ 健康管理の一助として －

高齢化の進む日本社会。健康で長生きしたいとだれもが願います。秘訣は、良い姿勢と正しい歩き方。いつまでも自分の脚で歩けるよう、各地で指導して来られた富所正史氏のお話とミニ・エクササイズ。小澤聖枝氏の歌声とともに楽しみください。



講師：富所 正史 (とみどころ まさふみ)

新潟県出身、千葉県印西市在住。小学校教員、私立大学職員を経て、お茶の水クリスチャンセンター内に社会保険労務士アスリート事務所開業。学生時代から、クロスカントリースキー競技に打ち込み、インターハイ、国体出場。健康ウォーキング指導士。
「良い姿勢づくりと正しい歩き方」をテーマにウォーキング講師 100 回以上。年に 3～4 回は関東各地のマラソン大会に出場。仕事では、社会保険労務士として教会・宣教団体の社会保険加入や規程作成から、精神や身体の不調で働くことが困難な人の障害年金まで担当している。

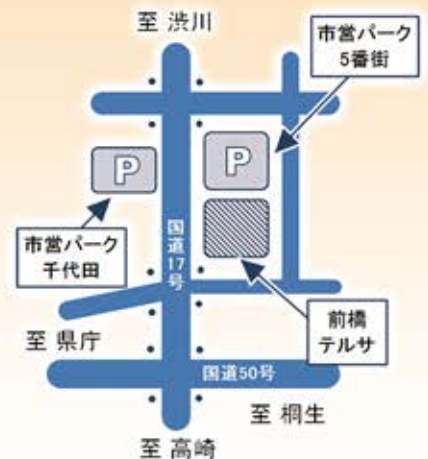


音楽ゲスト：小澤 聖枝 (おざわ きよえ)

埼玉県出身。クラシックからジャズ、ゴスペルまで幅広いジャンルを歌う。武蔵野音楽大学音楽学科声楽科を卒業後、教会や施設などで歌うほか、ライブ活動と共に弘田三枝子のバックコーラスなどをつとめる。これまでに様々なクリスチャンアーティストのCDにコーラスで参加している。
現在は牧師と結婚し、ゴスペルや音楽の指導をしながら、教会を中心に活動中。日常の生活を送る中で生み出されたオリジナルソングは聴く人の心に温かいメッセージを与えてくれる。福音伝道教団熊谷キリスト教会会員。

- ・ 日時 2018年5月12日(土)
午後5時15分～午後8時15分
(開場：午後4時45分)
- ・ 会場 前橋テルサ9階「つつじの間」
- ・ 会費 3,000円 (お弁当付)
- ・ 主催 前橋キリスト教会 TEL 027-224-5549

※定員80名です。お早めにお申し込みください。



※駐車券を忘れずに会場までお持ちください。



	ふりがな 氏 名	住 所	金 額
申込み 責任者			
同伴者			
同伴者			
		合 計	

領収書

様

円

第9回レディース&メンズサパー
参加費として

前橋キリスト教会

2018年 月 日 印