

2施設が協力して、地域の皆様が運動に親しめる場をもっと身近に！

～ はあもにい倉敷 × 倉敷中央病院附属予防医療プラザ 特別連携プロジェクト開始 ～

カルチャー&フィットネス

はあもにい倉敷

健康増進施設・指定運動療法施設として安心の実績！

ゆったり過ごせる館内で
体を動かしてリフレッシュ！



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
倉敷中央病院附属予防医療プラザ

「運動はしたいけれど、無理なく続けられるか不安…」そんなあなたへ。
医療と運動のプロがタッグを組んだ、新しい健康教室がスタートします！

わたしたち「プラザ」と「はあもにい倉敷」は、地域の皆様がより長く、元気に暮らせるよう協力体制を築いています。両施設が連携して行う新しい運動教室をぜひ体験しに来てください。経験豊富なスタッフが丁寧に指導しますので、初めての方も、ある程度運動経験がある方も、専門的な指導を受けたい方も、大歓迎です！皆様のご参加を心よりお待ちしております。



はあもにい
倉敷での

出張運動教室のメリット

- 1 安心の医療連携** 施設共に実績のある医療機関が運営する施設です。体に不安のある方も安心です。
- 2 プロのスタッフによる指導** 体の専門家が常駐しています。正しい知識で安全に、確実に健康な体へ！
- 3 体育館を使用した広々空間** 十分なスペースを確保し、開放感のある環境でのびのびと体を動かせます。
- 4 フィットネスマシンの利用無料** 講座の前後はフィットネスマシンが無料で利用可能♪運動習慣づくりに。
- 5 無料駐車場完備・アクセスの良さ** お車での来館がしやすく、通いやすい立地です。

講師紹介

※記載のスタッフ以外も
担当いたします



倉敷中央病院
理学療法士
山本 遼



予防医療プラザ
健康運動指導士
田中 阿由子



はあもにい倉敷
健康運動指導士
池田 彩