

平成30年度 健康づくりセミナー ～健康生活を支援する教室～

いつまでも心身共にいきいきと過ごせるよう、みなさんと一緒に健康づくりに取り組んでみませんか。下記の日程で教室を行いますので、ぜひご参加ください。

日 時	時間	内 容	講 師
10月9日(火)	9:30~12:00	骨粗しょう症予防 調理実習	町管理栄養士
11月9日(金)	13:30~15:00	高齢者に多い 眼科疾患	四国こどもとおとなの医療センター 眼科医師 小木曾 正博 氏

場所 : 保健センター

対象 : 町民の方ならどなたでも参加できます。

申し込み : 参加希望の方は、事前に保健センターまでお申込みください。

持ち物 : 健康手帳（お持ちの方）、筆記用具

※10月9日（火）の調理実習時は、エプロン、三角巾、布巾をお持ちください。また、材料費として1人200円を集金します。

