

令和8年度健康づくりセミナー



いつまでも心身共に生き生きと過ごせるよう、皆さんと一緒に健康づくりに取り組んでみませんか？

今年度も次の内容で教室を開催しますので、ぜひご参加下さい。

※資料の準備等がありますので、教室の1週間前までにお申し込みください。

7月15日（水）

一生笑顔で歩けるカラダをつくる！

～笑い＆運動でフレイル予防＆仲間づくり～

講師：四国学院大学
社会学部

教授 片山 昭彦 氏

8月19日（水）

生活習慣病
リスクセミナー

※血管年齢測定実施

講師：日本生命

9月3日（木）

聞こえのフレイルと
難聴について

講師：嶋田耳鼻
咽喉科医院

院長 嶋田 高明 氏



10月15日（木）

老年期うつ病と
認知症の早期発見

講師：愛媛大学大学院
精神神経学講座

教授 伊賀 淳一 氏

11月11日（水）

ハザードマップの
見方・避難所の生活
について

講師：町総務課
危機管理係



12月17日（木）

骨粗しょう症予防教室

講師：産業技術総合
研究所 理学療法士

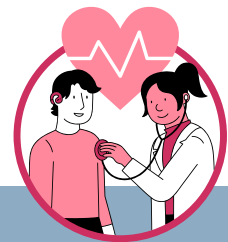
土田 和可子 氏



令和9年1月19日（火）

健診（検診）について

講師：町保健師



2月（未定）

心臓の病気に
ならないために

講師：四国こどもと
おとなの医療センター



3月24日（水）

効きダシ選手権
～上手な塩分摂取
について～

講師：町管理栄養士



担当（申込先）

多度津町健康福祉課
多度津町栄町三丁目
3番95号

☎0877-33-1134

fukusi@town.tadotsu.lg.jp