

7/6
(土)
無料!

県民健康プラザ健康増進センター
18周年特別企画



健康寿命を延ばそう！！

と き : 令和元年7月6日(土)

10:00～11:30

(9:30から血圧測定)

ところ : 健康増進センター健康科学館

対 象 : 興味のある方ならどなたでも
(但し、医師から運動制限を受けていない方)

内 容 : 血圧測定
健康寿命を延ばすための講義と実技

※運動の出来る服装、靴、タオル、飲み物をご持参ください。

担 当 : 伊地知美枝

定 員 : 先着35名

申 込 : 受付にて直接、またはお電話で。
: 6月18日(開始)～6月29日(締め切り)

健康寿命
について
一緒に学び
ませんか？

