

たのしく学んで健康づくり

健康スリム 倶楽部



受講料
無料!

参加者には管理
センターでの食事
付き!!



こんなあなたにオススメです!!

- 子育てや仕事で忙しくて、自分の健康のこと、後回しになってるかも.....
- 就職してから体重が増える一方で.....
- 体重が気になって食事を減らしても、つついお菓子を.....
- 学生時代のジーンズ、またはきたいな.....
- 家族にも健康でいて欲しいけど、食事とかどうしたら良い?



- 内容 ※豊見城中央病院附属健康管理センター委託事業
○医師による講話 ○管理栄養士による講話 ○健康運動指導士による講話と実技
- 場所 豊見城中央病院附属健康管理センター 豊見城市字豊崎3番49

■対象 20歳~64歳の働き盛り・子育て世代の方（豊見城市民）

※妊娠中の方や医師から運動制限の指示がある方は安全管理上、対象外になります。

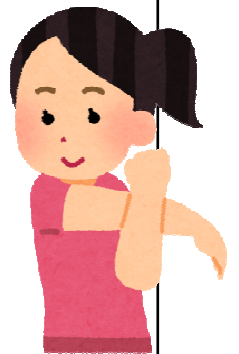
■定員 各10名（完全予約制）※応募者多数の場合は選考し、個別通知します

■開催日時 第2回 令和2年11月22日(日) 10:00~14:00
(申し込みめきり 11/13 金)

第3回 令和3年2月13日(土) 10:00~14:00
(申し込みめきり 2/5 金)

※第2回、第3回は10:00より講話、13:00より食事

■場所 豊見城中央病院附属健康管理センター



お電話(098)850-0162 健康推進課

または「申込書」を次のいずれかの方法で提出

①窓口で提出(豊見城市役所2階)②メール③FAX

メールアドレス:yobou-g@city.tomigusuku.lg.jp FAX(098)856-7046

※申込用紙は健康推進課窓口で受け取るか市のホームページからダウンロードしてください

お申込みは