

ま・め～なニュース

今回、健康づくり事業の一つとして新たに「健康教室①」を開催いたします。役立つ内容が盛りたくさんですので、是非、ご参加ください。

「健康教室」のお知らせ

演 題：「長生きは、嬉しくもあり、嬉しくもなし」
ー 長生きのリスクをのり越えるには、
体と心が健康であること！ ー

講 師： 健康生きがいづくりアドバイザー

森井 勇 先生

と き： 令和6年 11月15日(金)

じかん： 13:30～15:00

ところ： 東加積地区公民館



今回、東加積地区「あつまらんまいけ」のみなさんと共催します。

シニアにやさしい健康講座です。 介護のいらない生活を目指す

方は、受講しましょう。

後援・東加積地区公民館 076-474-1921 (イシサカ ムロタ)