

健康づくり講演会

10月

今、はじめよう！健康投資

参加
無料

健康に関する知識や、予防・早期発見のための健康行動を自らとることができるように、医師と理学療法士からわかりやすく教えてもらえます♪



※参加者プレゼントも用意しています。

①まずは健診で自分の身体を知ることからスタート

～「SMILEドック」はどんなことがわかるの？～

講師：新得クリニック院長 一井 雄二 氏



②これなら毎日取り組める かんたん筋トレ

講師：新得クリニック「スマイルデイケアつむぎ」

理学療法士 安村 大樹 氏



日時：**10月16日（水）**

午後6時～午後7時30分

会場：新得町保健福祉センター「なごみ」

申し込み：**10月11日（金）**までに
保健福祉課健康推進係までお申し込みください。
TEL 64-0533 FAX 64-0534
右記QRコードの申し込みフォームからも
お申し込みいただけます。

QRコード



一緒に筋トレもやってみよう♪

※屈足地区の方で、送迎をご希望の方はお問い合わせください。

当日は健康に関するパンフレットの配布や、各種健診相談コーナーを設けています。

ぜひご参加ください！！