



保健教室

三回講座(可能であれば、通し受講で効果的!忙しい人も、都合のつく講座を!)

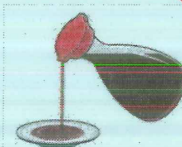
~すこしお生活の実践を広げましょう~



第1回 8月22日(火) 13:30~

『減塩、バランスのとれた食生活習慣』

管理栄養士 三浦 裕美さん



第2回 9月19日(火) 10:00~

『簡易体力測定と日常の運動実践』

健康体操実践指導士 若月 照美さん



第3回 10月14日(土) 13:30~

『現代人の疾病の特徴・予防と治療』

国分寺診療所 医師 窪田 倭さん



※会場は、すべて生協多目的ホール(下記地図参照)



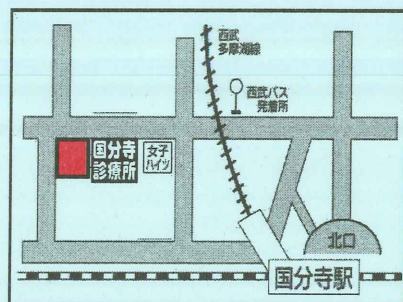
申込みは、TEL・FAX・mailでも大丈夫!

三多摩医療生協
本部事務局

☎ 042(324)1922

Email honbu@santama-iryou.com

ホームページ <http://www.santama-iryou.com>



2017年『保健教室』申込書

※参加希望の講座に、✓をご記入ください。

氏名 _____ 姓 _____

三回通し

住所 _____

第1回 第2回 第3回