

市民健康教室

あなたの健康知識
さらに倍!!



月日	曜日	演題	会場	備考
5/9	木	健康寿命と生活習慣病の予防	医師会館	ヘルシーメニューの試食あり
6/6	木	もっと知りたい! 歯周病のこと	文化交流センター	
6/13	木	糖尿病のお話 ～食後の血糖値を上げないコツ～	医師会館	ヘルシーメニューの試食あり
7/11	木	正しい薬との付き合い方 ～薬の効果と副作用～	住吉コミュニティセンター	
8/8	木	知っていますか?三次喫煙! ～タバコがもたらす影響～	沼ノ端コミュニティセンター	
9/19	木	認知症ってなあに	のぞみコミュニティセンター	
10/17	木	日本人の2人に1人はがんになる!! ～がんにかかりにくい生活習慣～	医師会館	ヘルシーメニューの試食あり
11/7	木	他人に聞けない膀胱炎の話 ～どうして私は膀胱炎になるの?～	豊川コミュニティセンター	
12/12	木	転倒による骨折の予防 ～コツコツ運動習慣～	医師会館	ヘルシーメニューの試食あり
3/5	木	加齢に伴う眼疾患	医師会館	ヘルシーメニューの試食あり

※ 時間 13:00～15:00 ※ 料金 無料

・ 講演時間… 1時間

※ヘルシーメニューの試食は80食限定

お問 合せ

苫小牧市健康こども部健康支援課 電話 32-6410 (直通)

※お申込みは不要です。当日、直接会場へお越しください。