

保健補導員会主催



健康講演会

「足の不調」放置していませんか？ それは単なる疲れではなく、足の血管の病気のサインかもしれません。足の血管が詰まると、歩行が困難になるだけでなく、命に関わる大きな病気につながることもあります。

いつまでも元気に歩きたい！そのカギを握るのは「足の血管」の健康です。血液の流れをスムーズに保つことは、寝たきり予防の第1歩。足の血管の病気について正しく知り、いつまでも若々しい足を保つためのコツを一緒に学びませんか？

当日はストレッチ、体操も一緒に行います！ぜひご参加ください。

- 1 講演：知っておきたい「足の血管」のおはなし
- 2 講師：健康づくり事業団 保健師 芳川氏
- 3 日時：6月6日（土）午前9時30分～11時
- 4 会場：役場 2階 第1・2会議室
- 5 参加費：無料
- 6 申し込み：5月29日（金）まで



※会場の関係で、参加人数を把握したいためできるだけ事前申し込みをお願いします。申し込み無しでの当日参加もお待ちしております。

申し込み・問い合わせ先
保健補導員会事務局(健康福祉係内) 0269-82-3111(内線128)