

# 健康教室のご案内

## 知って得する生活改善

結果説明までの待ち時間に「健康教室」を開催しています。  
保健師・管理栄養士・健康運動指導士と一緒に生活習慣を  
見直してみませんか？



「生活習慣病を予防・改善する食事や運動が知りたい」  
「生活習慣病が気になる」という方は、ぜひご参加ください。

\*教室の内容は毎年4月1日で変わります

時間	月～金曜日 12:00～12:30
場所	予防医療プラザ 1階 コラボスペース
参加費	無料
申込み	不要

健診を受けられた方は、  
どなたでも参加出来ます！

