

主催:佐田地域健康づくり事業実行委員会～“健康づくり”は“地域づくり”～

「健康づくり講演会」開催のお知らせ

日時 **6月14日 土**

受付**9:30～** 開演**10:00** 閉演**11:30** 頃

参加費
100円

申込締切
6/6(金)

会場
農村公園「吉栗の郷」
住所 佐田町一窪田657

今回は、お2人の先生にご講演頂きます。「健康に暮らすためのヒント」や「元気の秘訣」について一緒に学びましょう！会場に「握力測定器」「ロコモ立ち上がり椅子」など各種測定器や健康グッズを準備しています。講演開始までの時間に是非ご利用ください。皆様のご来場をお待ちしています。

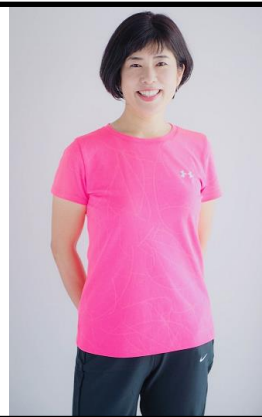
前半

時間：**10:00～10:30(30分間)**

講師：**勝部真理子**先生（健康運動指導士）

演題：**楽しい！かんたん！イス運動★**

以前の参加者から・・・「ユーモアを交えた内容でとても分かりやすかったです」「楽しい、明るいお話でとても参考になりました」市内各地でご活躍の勝部先生。多くの参加者から「楽しかった」と感想を頂いています。



後半

時間：**10:40～11:20(40分間)**

講師：**須佐葉子**先生（須佐クリニック副院長）

演題：**「知って安心！頭痛のはなし」**

“危ない頭痛”と“つらい頭痛”の正しい知識

「頭痛＝市販の鎮痛薬を飲んでがまんするもの」と思われているかもしれませんが今は頭痛に関するさまざまな治療法・お薬がでてきました。「頭痛は治療できる病気だ」と知ってもらいたい・・・で、いつも診療しています。（須佐クリニックHPより）



◆お問い合わせ・お申込み（①お電話、②FAX、③窓口）

窪田コミセン（電話）85-2585（FAX）85-2598

須佐コミセン（電話）84-0113（FAX）84-1466

◆佐田地域健康づくり事業実行委員会

佐田地区社会福祉協議会・佐田地区更生保護女性会・
佐田町高齢者クラブ連合会・佐田行政センター市民サ
ービス課・須佐コミセン・窪田コミセン

健康づくり講演会（6/14）参加申込書

※記入頂いた個人情報、当事業に関するお知らせにのみ使用いたします。

お名前	地区 ※該当に○をつけてください	連絡先
	東須佐・西須佐・窪田・町外	
	東須佐・西須佐・窪田・町外	

