

※日程等一部変更しています



健康づくりは食習慣から



食

生活

セ

ミ

十

一



健診を受けたけど・・・結果はいかがでしたか？

まずは振り返ってみたい食習慣 気になるテーマにご参加ください！

## 全4コース

各コースとも講義の後 調理実習を行います

(複数のコースにご参加いただくこともできます)

開催日	会場	内容	定員
①6月30日(終)	了 焼津市 保健センター	コレステロールや中性脂肪が気になるあなたへ！	16人
②7月21日(終)	了 井川公民館	糖尿病!! 悪者じゃない炭水化物	12人
③9月30日(木)	港公民館	日程及び会場変更を変更しました	16人
③10月14日(木)	焼津市 保健センター	すぐに使える高血圧の豆知識	16人
④11月5日(金)	東益津公民館	認知症は予防できる!!	16人

※日程・内容は変更となる場合があります

時間：9:30～12:00

参加費：1コース 200円（材料費等の一部負担をお願いします）

申込み：③現在募集中です。保健センター窓口、電話、FAXで受付(下記連絡先)

④10月4日(月)より保健センター窓口、電話、FAXで受付(下記連絡先)

※申し込み開始日・方法については

広報やいづ・LINE配信・公民館だより等でもお知らせします

先着順  
です！

問い合わせ：焼津市保健センター

☎054-627-4111 FAX054-627-9960

