

守山地区

健康づくり講座

★ 講演

「健康たかおか◎10 か条について」

講 師 高岡市健康増進課

主幹 保健師 高柳 知子 氏

★ 日 時 令和6年6月20日(木) 午後7時～8時

★ 場 所 高岡市立守山公民館

★ 持ち物 筆記用具



健康たかおか◎10 か条とは、生活習慣の改善や生活習慣病の予防に向けて取り組んでいただきたい10の習慣です。
健康寿命をのばす10の習慣について一緒に学びましょう。

【主 催】 守山地区健康づくり推進懇話会

【共 催】 守山公民館運営協議会、高岡市

【問合せ先】 高岡市立守山公民館(Tel 22-1511)

守山地区健康づくり推進懇話会 会長 杉森 利二

----- 申 し 込 み -----

健康づくり講座お申し込みの場合は、お名前をお書きください。
