

健康づくり 出前講座



心地よい風を感じてウォーキング



楽しくリズム体操



今からできるがん予防



おいしく食べて生活習慣病予防



あなたの地域や職場に
お伺いします！



対象

5人以上の団体・グループ

講師

医師、保健師、管理栄養士、理学療法士、運動指導士 等

内容

子ども ・ 子育てママ ・ 女性 ・ 働く世代 などに分けて、

いくつかテーマを設けています！

年代関係なく、**栄養** ・ **運動** ・ **健康** に関するテーマもあります！

詳しい内容は、ホームページをご覧ください！



こちらを読み取ってください

公民館や自治会、企業の活動に！

お昼休みの時間でも OK！



申込方法

西条市のホームページ 『健康づくり出前講座』 を確認する。

申込書をダウンロードして、必要事項を記入する。

開催希望日の **1 か月前までに中央保健センター**へ提出する。

【提出方法】 ・直接持参 ・郵送 ・ファックス

お申し込みの内容・日時を検討し、担当者から代表者にご連絡いたします。

申込先

〒793-0041
西条市神拝甲 324 番地 2 中央保健センター
☎(0897)52-1215 FAX(0897)52-1293
健康づくり出前講座担当 成人保健係 まで

