

ヘルスアップ教室 ～脂質異常症編～

テーマ しなやかな血管で健康なからだをつくりましょう

対象 下記のいずれかに該当する方
①脂質異常症治療中の方またはそのご家族
②脂質異常症予防に関心のある方

参加費
無料

日程

	日にち	時間	内容※変更になる場合があります	講師
1	7月10日（金）	午前 10時 ～ 12時	脂質異常症とは？ ～しなやかな血管を保つには～	医師
2	8月19日（水）		食事について ～今日からできる食事のコツ～	管理栄養士
3	9月18日（金）		運動について ～からだを動かして脂質改善～	理学療法士
4	12月16日（水）		薬のはなし ～健診結果を振り返ろう～	薬剤師

場所 富岡町保健センター等
住所：富岡町大字本岡字王塚622番地の1

参加者
大募集

定員 20名 ※先着順
(定員に余裕がある場合は途中からの参加も大歓迎です。)

申込方法 電話にてお申し込みください。
申し込み締め切り：6月24日（水）

申込先 TEL：0240-22-2111

担当：健康づくり課 健康づくり係



健康ポイントが
貯まるっぴ！