

あなたへ～健康情報～お届けします★

健

康

出

前

講

座



出前講座について

市では、市民のみなさんが健康で過ごすため地域の健康づくりに取り組んでいます。
その健康づくりのお手伝いをさせていただくため、みなさんのところに向いて
「健康出前講座」を実施します。
ぜひ、お気軽にお問い合わせ・お申込みください。



ご利用について

- ★対象 対象者は特に問いません。5名以上からお受けいたします。
(地区、または町内会の会議の間でも結構です。)
- ★お申込み お申込みは、講座希望日の1カ月前までに電話または窓口まで。
- ★会場 各団体等でご準備ください。
- ★講師 保健師、管理栄養士、理学療法士、歯科衛生士
看護師、薬剤師、介護福祉士
- ★費用 **無料**です！
- ★講座内容 下記の「出前講座メニュー【参考】」参照。

その他の内容についても要相談。(夜間もお受けいたします。)



出前講座メニュー【参考】

- ★ 健康づくり～生活習慣病の予防～
- ★ 健診結果の見方～体への影響・食生活改善法～
- ★ 予防のはなし～熱中症・インフルエンザ・ノロウイルス～
- ★ 歯・口の健康 ～お口の健康は全身の健康～
- ★ ロコモティブ ～腰痛・膝痛予防～

老人クラブや市民団体、
市内企業など・・・
様々な年代・団体対象に
行えます！

お申込み・問い合わせ先

御前崎市役所 健康づくり課
健康増進係

電話 0537-85-1123

