

第3回

# 健康サミット

みんなで作ろう元気な玉島

明るく楽しく健康寿命をのばしましょう!!

平成31年

2月16日 土 13:30-15:30

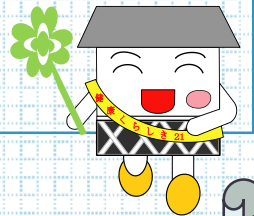
開場13:00

玉島市民交流センター湊ホール

8月からあみちゃん（玉島テレビ）・こもちゃん（保健師）と健康になりた〜い企画を立ち上げ、一般の人を対象に健康になりたいメンバーを募集しました。

約30名のメンバーが集まり、毎月のばそう会が主催する健康に関する講座を受講し目標を立てて健康な身体づくりに取り組みました。その成果を発表します。

あなたの健康づくりの参考になさってください。



●体験者による成果発表と表彰

●講師による「まとめ」と「講演」

●みんなで一緒に健康体操

☆☆☆☆ 同時開催：ホワイエにて ☆☆☆☆

～ まちの保健室 ～

あなたはお酒に強いタイプ？弱いタイプ？

岡山県看護協会倉敷支部から「アルコール体質判定パッチ」の配布があるよ。

参加費無料・事前申込み不要

どなたでも参加いただけます！

主催：「倉敷市玉島地区健康寿命をのばそう会」

玉島医師会、玉島歯科医師会、玉島薬剤師会、岡山県看護協会倉敷支部、絆メンバー  
玉島地区民生委員協議会、玉島地区愛育委員会、玉島地区栄養改善協議会  
玉島地区くらしき心ほっとサポーター、玉島商工会議所  
玉島テレビ放送、スポーツクラブネサンス玉島  
後援：倉敷市玉島保健福祉センター玉島保健推進室