

第2次健康づくり伊達21

「食の講演会」

先着100名
限定!

“サラサラ血液を手に入れる！” ツマらないダイエットのキホン



★日 時 2月19日(木)

13:30~15:00
(受付 13:00~)

★場 所 伊達市保健センター

★講 師 カレスサッポロ北光記念病院

おおくさ たかのり
医長 大艸 孝則 先生

★参加料 無 料

★持ち物 筆記用具、外靴袋

★申込締切 2月13日(金)

講師紹介

- ・日本内科学会 認定医
- ・日本循環器科学会 専門医
- ・日本心臓病リハビリテーション学会 指導士

* 伊達市食生活改善協議会による
血液サラサラメニュー の試食・レシピ
提供を行います。



* 写真はイメージです。

市では、健康増進計画「第2次健康づくり伊達21」に基づき、「生活習慣病」「食生活・栄養」「身体活動・運動」「休養・こころの健康」「飲酒」「喫煙」「歯・口腔」の7分野について、市民のみなさんを主役に、地域の団体や関係機関と連携して取り組みをすすめています。ぜひ、ご参加ください。

申し込み・お問い合わせ先

伊達市保健センター健康増進係

TEL 23-3331 内線 634・638