

知って動いて変える！

健活ヨガ教室

老化物質 & **野菜摂取量** チェック付！

※今回測定の老化物質はAGEsです



参加
無料

申込開始
8/29

申込
9/17

※お子様の保育はありませんが、同伴をご希望の方はご相談ください。

健康測定で
生活習慣が見える化！！

※健康測定=AGEs、ベジチェック



生活習慣病予防の知識が
学べるミニ健康講座

みんなで健康マイスター養成講座兼

具体的な改善方法が
見つかる個別相談



希望者

日程

9月19日(金)
22日(月)
29日(月)

場所

三芳町総合体育館3階
研修室

3日間
1コース

対象

20歳以上の住民

時間

10:00~11:30

定員

20名 先着順
6月コース未参加者優先

＊お申込・お問い合わせ

三芳町役場
健康増進課 健康推進担当

☎ 049-258-0019

FAX 049-274-1051

✉ choju@town.saitama-miyoshi.lg.jp

申込フォーム



※メール、FAXでお申込みの場合は、氏名・生年月日・住所・電話番号・ヨガの経験有無・6月コース参加の有無をご記入ください。