

第1回

体験型けんこうセミナー参加者募集！

血管年齢を測定しよう！

肌年齢
測定器も
あります！

本セミナーでは、はじめに生活習慣が原因で引き起こされるさまざまな病気について、血管を中心に学習し、その後に日々の生活の中で実践する食事、運動を学びます。会場に血管年齢測定器を設置しますので、まずは、自分の血管の状態を知ることから始めましょう。

軽運動のできる服装で
お越しく下さい

西会場（山陽小野田市）	東会場（下松市）
開催日 令和4年4月16日（土）	開催日 令和4年4月23日（土）
会場 不二輸送機ホール	会場 スターピアくだまつ



時間	講義内容	講師（山陽小野田市民病院）
13:00 開会		
13:05～14:05	動脈硬化と生活習慣	医師 矢賀 健 氏
14:15～14:45	楽しく食べて健康になろう	管理栄養士 河村 典子 氏
15:00～16:15	どこでもできる！運動不足解消！	理学療法士 國本 貴弘 氏

定員 各会場 50名

参加費 無料

申込資格 組合員および家族

申込締切 令和4年3月31日（木）

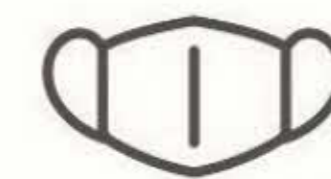
イベント申込
ページはこちら



感染症対策にご協力ください



消毒液設置



マスク着用



間隔確保



換気



検温



体調報告

※メールで申し込みをされた場合、後日受付完了メールを送信します。
※申込時にいただいた個人情報は、このセミナーに関する以外に利用いたしません。
※参加者は、共済組合の負担で旅行傷害保険に加入します。
※参加決定通知は、開催日の一週間前までに発送しますが、届かない場合はお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染予防に十分配慮し開催します。
状況により開催を中止する場合がございます。

お問い合わせ 保険課 健康推進担当 電話 083-925-6142 セミナー用メールアドレス boshu@kyosai-yamaguchi.jp