

世界糖尿病デー啓発事業企画
市民公開講座 健康講演会



第一部

～Dr.しのぎきの～

糖と健康のあまくない話



11月13日(日)

開 場 13:00

講 演 13:30～15:30

会 場 ローズアリーナ(サブアリーナ)

服装・持ち物 運動のできる服装・シューズ
水分補給のための飲み物

軽い運動を実践します!

第二部

人(腎)生100年時代を健幸に! だれでも どこでも いつでもできる

運動のコツ 伝授します!

講師

第一部 篠崎 真吾 先生

しのぎき消化器科・内科医院長
腎臓専門医

第二部 岩本 晃 先生

シンコースポーツ株式会社
健康運動指導士



定員

100名(要申し込み)※お電話もしくはインターネットから

お問い合わせ

島田市国保年金課 保健事業係 Tel 0547(34)3295



新型コロナウイルス感染症対策として、マスクの着用をお願いいたします。