

報道機関各位

**みのわ健康アカデミー公開・体験講座を開催します**

「みのわ健康アカデミー公開・体験講座」を行います。

みのわ健康アカデミーの取り組みを広く知ってもらおうと、みのわ健康アカデミーグループ健康講座を一般向けに行います。アカデミー受講生と一緒に理論と実践を学びましょう！

**日時**

令和5年12月1日（金）13時から14時30分まで

**講師**

三浦 浩平 氏（箕輪ひまわりクリニック 院長）

**内容**

「生活習慣病予防について」

生活習慣病の危険性を知り、正しい予防方法を学びましょう。

**場所**

地域交流センター研修室A・B

**対象者**

どなたでもご参加できます。

**事前申込み制**

インターネットまたは電話申請

インターネット申込みフォーム⇒

**その他**

箕輪町健康ポイント事業対象事業です（100ポイント）

添付資料  有  無

健康推進課 健康づくり支援係  
(課長) 小田切 正憲 (担当) 梅垣 茂  
電話：0265-79-3118 (内線) 1520  
FAX：0265-79-0230  
E-mail：kenko@town.minowa.lg.jp

# 健康講座

生活習慣病の代表的なものとして、高血圧・脂質異常症・糖尿病・肥満が挙げられます。これらは、サイレントキラーと呼ばれ、気が付かないうちに動脈硬化が進行し、心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こす可能性があります。生活習慣病予防のポイントを学び、健康でいきいきとした生活を送りましょう。

日時

2023年 12 月 1 日 (金) 13:00 - 14:30

講師

箕輪ひまわりクリニック院長 **三浦 浩平 氏**

会場

箕輪町地域交流センター研修室A・B

対象者

どなたでもご参加いただけます (定員100人程度)  
※会場の都合上、事前にお申し込みが必要となります。

お申し込みはこちらからも



お問い合わせ・お申込み

箕輪町役場健康推進課  
健康づくり支援係

☎ 0265-79-3118  
kenko@town.minowa.lg.jp

箕輪町健康ポイント事業  
100ポイント対象事業