

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集団健康講座を一般向けに行います。今回の講師はサキベジを推進している内場先生です。アカデミー受講生と一緒に理論と実践を学びましょう！ぜひ、ご家族・ご友人をお誘いの上、ご参加ください。

日 時

令和4年7月22日（金） 15時00分から17時00分まで

講 師

内場 廉 氏（NPO 寝たきり半分推進協議会理事・大岡診療所所長）

内 容

「寝たきを半分に減らす～血管を若返らせる方法～」

心臓病・脳卒中は、寝たきりや、介護につながる可能性があります。

それらを引き起こす原因と考えられるのが、動脈硬化です。

血管を守る生活術、寝たきを半分に減らす3つのポイントを知って、大切な血管を動脈硬化から守りましょう！！

場 所

箕輪町役場 3階 講堂

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



健康推進課 健康づくり支援係
(課長) 柴宮 まゆみ (担当) 北原 崇志
電 話 : 0265-79-3118 (内線) 1510
F A X : 0265-79-0230
E-mail : kenko@town.minowa.lg.jp