


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。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7月21日（金） 15時から17時まで
講 師	内場 廉 氏（長野市大岡診療所 所長）
内 容	「寝たきを半分に減らす～血管を若返らせる方法～」 血管を守る生活術、寝たきを半分に減らすポイントを知って、 大切な血管を動脈硬化から守りましょう。
場 所	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

みのわSDGs みんなで取り組む
のこさず取り組む
～誰一人取り残さない～ わたしに取り組む
箕輪町は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。



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) 1510
F A X：0265-79-0230
E-mail：kenko@town.minowa.lg.jp

みのわ健康アカデミー公開・体験講座

寝たきりを 半分に 減らす

血管を若返らせる方法

心臓病や脳卒中を引き起こす原因と考えられるのが**動脈硬化**です。寝たきりにならないために血管を守る生活術を知って、**大切な血管**を動脈硬化から守りましょう！

7月21日 **金** 15:00~17:00

事前にお申込みください

定員: **100**名程度

会場: 地域交流センターA・B

講師

内場 廉 氏

長野市大岡診療所所長

NPO寝たきり半分推進協議会理事

箕輪町健康ポイント事業対象事業:100ポイント

お申込みお問い合わせ

箕輪町役場健康推進課

お申し込みはこちらからも

TEL 0265-79-3118

