

健康生活 応援シリーズ2025

健康講座

参加無料

中山町中央公民館 1階大ホール
10:00～11:30 9:30開場

第1回 10/8(水)

带状疱疹を知ろう！

山形大学医学部附属病院 皮膚科 医局長
助教 齊藤 亨 先生



第2回 11/15(土)

高血圧の予防と治療について ～生活習慣を見直そう～

山形大学大学院医学系研究科公衆衛生学・衛生学講座
山形大学well-being研究所 副所長
教授 今田 恒夫 先生



第3回 12/13(土)

減塩のススメ ～今日から始める減塩生活～

認定栄養ケア・ステーション大好物
管理栄養士 矢作 香織 先生



各回当日
会場にて

先着 **50** 名 べに花入りはと麦烏龍茶プレゼント

参加対象

どなたでも、何回でも参加OK

申込方法

電話 ☎ 023-662-2836



主催：中山町 共催：株式会社バイタルネット
問い合わせ先：中山町健康福祉課 健康づくりグループ 023-662-2836