

健康づくり 出前講座



あなたの会社に、グループに、旬な健康情報をお届けします！ぜひご活用ください！

①【こころの健康】
悩みは、我慢するしかないの…？



おもなテーマ

②【がん・生活習慣病予防】
今日から始めよう！メタボゲキタイ生活



③【栄養・食生活】
食生活の基本はバ〇〇ス。



④【お口の健康】
南三陸町民は、10年早く歯を失っている！



⑤【禁煙対策】
たばこのホントの害って！?
⑥【アルコール】
上手なお酒との付き合い方

【対象者】

町内に在住・在勤・在学している方で構成された団体やグループなど

【申込み方法】

開催希望日の1か月前までに出前講座申込書*を保健福祉課健康増進係に提出する。※窓口またはホームページに掲載しています

【申込み・問い合わせ先】

南三陸町 保健福祉課 健康増進係

住所：南三陸町志津川

字沼田 14 番地 3

電話：0226-46-5113

FAX：0226-46-4587

ここでもからだも健やかで
おでってえがおあふれるまち
みなみさんりく