

平成27年 5月 8日

平成27年度 いきがい大学熊谷学園36期校友会

学習会のお知らせ

校友会会長 清水 靖夫

題 目 「健康長寿サポーター養成講座」

日 時： 7月10日（金） 午前10時～12時（受付9時半～）

場 所： 熊谷市立勤労会館 大ホール

内 容： 食事・運動・生活習慣の改善、健診についてなど
健康に役立つ情報をお伝えし、また日常に役立つ
健康体操を取り入れたお話。

講 師： 熊谷市役所 熊谷健康センターの 保健師
なお服装は軽い体操が出来るもの

注 意：①当日、暑くなるかもしれません、また軽い運動を行います。
熱中症予防としての”飲み物”は各自でご用意ください。
い。

②講師のお話の後簡単なテストがあるということです、
筆記用具をご持参ください。