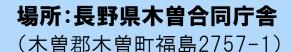
~楽しく健康、仲間づくり はじめませんか?~

健康アツブ講座

平成30年



午前10時 ~午後4時





☆ ~あなたも一緒に活動してみませんか~ 「食のボランティア活動について」

☆世界一の健康長寿を目指す 長野県の取組

☆ ~おいしい料理は安全な調理から~ 「食品衛生の基礎」

☆昼食「特製バランスランチ」

☆「楽しく体を動かす」 ~日常生活でできること~

☆ ~楽しく"食"を振りかえってみませんか~ 「バランスのよい食事ってなぁに」 「塩分チェック」

● 参加費700円(昼食材料費)



健康づくりやボランティ ア活動に興味のある方、 ぜひご参加ください!ど なたでも参加できます。



健康アップ講座 参加申込書

ふりがな 氏 名		(歳)
	〒 −	
住 所	町・村	
	電話番号()

申込み

9月13日(木)までに、各町村役場又は木曽保健福祉事務所へ お申込みください

※申し込みのためにいただいた個人情報は、講座開催以外の目的には使用いたしません



●運動実技がありますので、運動しやすい服装、靴でおいでください。 またタオル、飲み物をご持参ください。



「健康アップ講座」 お申込み、お問合せ先

名称	所 在 地	電話	FAX
上松町健康増進センター	〒399-5607 上松町小川1658-1	(0264) 52-2825	52-2453
南木曽町役場住民課	〒399-5301 南木曽町読書3668-1	(0264)57-2001	57-2270
木曽町役場保健福祉課	〒397-0001 木曽町福島5764-5	(0264) 22-4035	24-2789
木祖村役場住民福祉課	〒399-6201 木祖村薮原1191-1	(0264)36-2001	36-3344
王滝村保健福祉センター	〒397-0201 王滝村2830-1	(0264)48-3160	48-2275
大桑村保健センター	〒399-5503 大桑村長野2775-6	(0264)55-4003	55-4070
長野県木曽保健福祉事務所 健康づくり支援課	〒397-0001 木曽町福島2757-1	(0264) 25-2232	24-2276