

健康寿命と平均寿命

“健康で長生きをめざそう！”

日時：3月22日（金） 13時30分～15時

会場：「3-2 研修室」 わかくさ・プラザ学習情報館3階

講師：植松 勝子さん

（看護リハビリテーション学部 看護学科 講師（保健師））

定員：30人（一般）・要予約

日本は長寿国です。しかし、中高年になると健康に自信が持てない人が増えますよね！健康で長生きをめざすには、どんなことに気をつければいいでしょうか？皆さんと一緒に考えましょう！



【主催・申込み先】

関市立図書館 指定管理者 学校法人岐阜済美学院
TEL：0575-24-2529 / FAX：0575-23-7780