

生活習慣病を予防しましょう

～運動するために必要な知識～

日時：7月15日（金） 13時30分～15時

会場：「会議室3-1」 わかくさ・プラザ総合福祉会館3階

講師：西中川 剛さん

（中部学院大学 看護リハビリテーション学部 理学療法学科 講師）

定員：10人（一般・要予約）

心不全などにつながる生活習慣病の予防について、
必要となる運動や栄養、睡眠についてお話しします。



新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い

- ・来場時にはマスクの着用・手指の消毒をお願いいたします。
- ・体調がすぐれない場合にはご来場をお控えください。
- ・新型コロナウイルスの感染拡大の状況によっては**中止になる可能性がございます**。その場合は**電話でご連絡**をします。

【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