

シニアのための ＼知って得する！/ こころとからだ 健康の秘訣☆



誰もが気になる「健康」の話。
「こころ」も「からだ」もいきいきと暮らすために役立つ情報満載の講座です。

日 時		内 容	講 師	会 場
平成 27 年 1 月 23 日	いずれも 金曜日	あなたは今、健康ですか？ ～医療の現場から伝える 健康管理のヒント～	中井英子さん (北播磨総合医療センター 看護部次長)	エクラ 中会議室
平成 27 年 1 月 30 日	10:00～ 12:00	笑って健康になる！！ 「元気の素」のを見つけ方	栗木剛さん (motto ひょうご事務局長)	

【募集定員】 おおむね団塊世代以上の男女 20 名 (先着順・受付後ハガキを送付します)

【参加費】 無 料

【申込方法】 窓口・電話・FAXで住所・氏名・年齢・電話番号をお知らせください。

《申込み・問合せ先》

〒675-1366 小野市中島町 72 番地 小野市うるおい交流館エクラ

小野市男女共同参画センター (特定非営利活動法人北播磨市民活動支援センター内)

TEL : 0794-62-6765 FAX : 0794-62-2400

キリトリ (FAX 送信の際は切り取らずにお送りください。)

こころとからだ健康の秘訣☆ 申込書

ふりがな 氏名	年齢	歳	TEL	同上の場合は不要
			FAX	
ふりがな 氏名	年齢	歳	TEL	同上の場合は不要
			FAX	
住所	〒 ー			