

回 覧



須賀川市は、持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



長沼健康いちばん教室



日 時 : 令和 7 年 9 月 4 日(木)

9:30~12:30 (受付9:15~)

場 所 : 小中集会所

内 容 : (1)健康づくり推進員による握力測定・ラジオ体操
(2)食生活改善推進員による伝達料理講習会
「食べましょう 1日3食 バランスよく!」

持ち物 : エプロン、三角巾(手ぬぐいやタオル等)、マスク
家庭で食べている味噌汁(100cc 程度)

参加費: 200円

参加申込み : 8月28日(木)までに、健康づくり課へ
お申込み下さい



ご自身の身体のこと、食事のこと
一緒に学びませんか?
長沼地区で
「健康いちばん教室」を開催します。
お誘いあわせのうえ、
ぜひご参加ください。

<問い合わせ・申込み> 須賀川市健康づくり課 ☎88-8123