

健康推進課からのお知らせ

回覧

9・10月にかけて健康推進課では様々な事業を予定しています。
内容は須賀川市公式ホームページ（二次元コード）より確認してください。
申し込みはホームページ、電話で受け付けます。（健康推進課 電話88-8123）

見て！

きいて！

食べて！

感じて！

からだで感じる体験イベント(申し込み不要)

日時: 9月26日(土) 10時から13時

場所: 市民交流センターtette 1階たいまつホール

実施内容

- ☆測定体験・・・体組成・自律神経・血管年齢・握力
- ☆減塩体験・・・利きみそ汁・無塩料理試食
- ☆食育体験・・・野菜350g測定・果物試食
- ☆相談コーナー・・・健康・歯科・食事など



みんなで支えるところといのち

(ゲートキーパー養成研修)

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、必要な支援につなげて見守る人のことです。ゲートキーパーに関心がある方におすすめです。

日時: 10月13日(火) 13:30~15:30

場所: 須賀川市役所4階大会議室

内容: 医師講話と臨床心理士による相談の実際



男の料理塾！(3回コース)

料理初心者の男性を対象とした人気の料理教室です。

「料理を始めてみたい」「なかなか上手にできない」などの方におすすめです。料理の基本を学んでみませんか？

日程: 10月23日 11月6日 11月20日

時間: 10:00~13:00

場所: 須賀川市保健センター

