

幌西地区連合町内会 会長 土 井 清純
" 保健部 理事 片 岡 うつ子
" 保健部 部長 荒 川 明子

『健康づくり教室』

新しい年を迎えられ、皆様におかれましては益々ご健勝の事とお慶び申し上げます。

今年も、盛りだくさんの内容を皆さまの健康のお手伝いを致します。

『健康づくり教室』宜しくお願い致します。

1. 日 時 **2月19日(月)** **10:00~12:00**

2. 場 所 **幌西会館** (南11条西14丁目 TEL 561-3256)

3. 講 演 **《かかりつけ薬剤師・薬局とは?》**

かかりつけ薬局は薬や健康のことを何でも相談できるパートナー

講師 (株) ナカジマ薬局

課長 (薬剤師) **染谷光洋氏**

4. 運 動 **【あへあほ体操で元気いっぱい!】**

~笑って楽しく転倒防止・筋力増加!~

講師 (株)AHプロジェクト

インストラクター **中田恭裕氏**

5. 申し込み方法 幌西町づくりセンター Tel561-3256 2月14日(水)迄

幌西会館(土・日・祝日休み) ◎ 平日 9:00~17:00 にお願ひします