

日進地区社会福祉協議会・日進公民館 共催事業

# 「福祉講座」

健康寿命をのばすには  
～生活習慣病との付き合い方～

健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことをいいます。健康寿命をのばすために生活習慣病との上手な付き合い方を教えていただきます。

◆日時

令和7年9月30日(火)

10:00～11:30

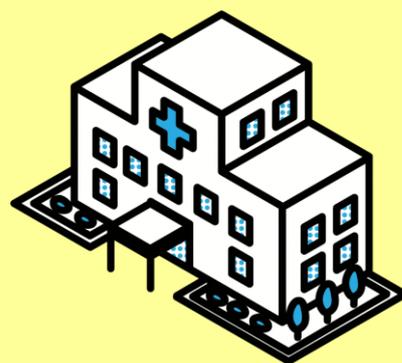
◆講師

黒田 豊氏

独立行政法人

地域医療機能推進機構(JCHO)

さいたま北部医療センター 院長



◆場所 日進公民館 1階 レクリエーションホール

◆対象 さいたま市北区在住の65歳以上の方

◆定員 90人(申込順)

◆申込み 令和7年8月26日(火)～9月10日(水)

窓口・電話(開館時間内)・FAX【講座名・氏名(ふりがな)・住所  
電話番号を記入】にてお申込みください。

◆持ち物 上履き・下足入れ・筆記用具・飲み物(水分補給用)

◆問合せ 日進公民館 TEL&FAX 048-663-6611