

高血圧予防において

～高血圧について考えよう～



どなたでも参加できる**講話 30分**の**無料健康講座**です。
高血圧とは何か？高血圧と生活習慣・運動の関係性など・・・
健康に過ごすための知識を学んでみませんか？



- ◇開催日 **令和6年5月16日(木)**
- ◇開催時間 12:00～12:30
- ◇定員 30名 (先着順)
- ◇申込期間 4月23日(火) 9:30～ ※定員になり次第締め切り
- ◇受講料 “**無料**” ※施設利用料は別途必要です。

申込方法

来館またはお電話にてお申込みください。
※FAXの場合は下記必要事項を明記のうえ、お申込みください。

- ①教室名 ②氏名 ③ふりがな ④生年月日 ⑤年齢 ⑥性別 ⑦住所
- ⑧電話番号 ⑨ユーザーカード番号(お持ちの方のみ)

来館：専用申込用紙

TEL：(011) 618-8700

FAX：(011) 618-8704

送付先・お問合せ

西健康づくりセンター

〒063-0841 西区八軒1条西1丁目7-7 ☎ (011) 618-8700