

今年度  
新規開講

# 健厚マイスター講座

「カラダにいいこと始めたい!」「健康に関する情報いっぱいありすぎて」とお考えの方に、健康づくりに役立つミニ講座を開講します。

話を聞いて「できること」みつけることから始めませんか?

8月から毎回違うテーマで年5回開講!!

貯めるとお得なポイントもありますよ。

講演だけでなく食事のワンポイントアドバイスや健康チェックなど

楽しく♪元気に♪健康づくりのお手伝い。

お友達を誘ってぜひご参加ください。



## 第2回

平成28年10月15日(土) 10時~11時半

内容:『なるほど! 社会福祉制度』

担当:厚生連社会福祉士、管理栄養士、保健師

場所:JA鹿児島県厚生連健康管理センター

鹿児島市与次郎1-13-1(吹上庵 となり)

1階研修室 でお待ちしています。

受講料、何名?  
対象者は?

受講料 無料  
先着20名

・健康づくりに興味がある方

★平成28年度の予定★

第3回 感染予防(12月)

第4回 お薬の話(29年1月)

第5回 糖尿病(29年3月)



申込はこちらまで  
電話か FAXで!

TEL 099-256-1135

FAX 099-252-5632

健康指導課

### 『健厚マイスター講座』申込書

健診受診日 月 日

氏名(ふりがな)

生年月日 S・H 年 月 日 (年齢 歳)

連絡先  
(住所)

(自宅 ・ 携帯 ・ 職場)

※ 当センターでは、個人情報保護法の趣旨を尊重し、「個人情報取扱規定」等を定め、個人情報を厳重に管理しております。