

2020年度健厚マイスター講座

第4回



健康づくりに役立つミニ講座、令和2年8月から開講。
話を聞いて「できること」をみつけて、即チャレンジしませんか。

講座は毎回違うテーマで年4回開講！！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。

今年度最後の講座です。お友達を誘ってぜひご参加ください。
お申込みお早めに。



2021年2月13日(土)

受付(測定含む) 9時半～

10時開始 ～(1時間半程度)

けんこう

内容:『健口づくり はじめます』

担当:看護師、管理栄養士、理学療法士、保健師

場所:鹿児島厚生連病院 健康管理センター

鹿児島市与次郎1-13-1

1階多目的ホールでお待ちしています。

<新型コロナウイルス対策>

- ・マスク着用をお願いします。
- ・会場で体温測定と体調確認をおこないます。
- ・体調不調時は出席をお控えください。



受講料、定員は？
対象者は？

受講料 無料
1回の定員 30名程度
健康づくりに興味がある方

TEL 099-256-1135
FAX 099-299-0004
健康指導課

申込はこちらまで
電話か FAXで！

『健厚マイスター講座』2020④申込書

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) ※日中の連絡先

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