

令和6年度 生活習慣病予防教室 参加者募集

無料



放置すると危険



脂質異常症って、どんな病気？

～今日から始める食事の改善と運動習慣～



健康診断で「コレステロール」、「中性脂肪」が高いと指摘された方、
卵や油を控えても数値が改善しない方におすすめです。

日時：令和6年 **11** 月 **16** 日（土曜日）午前9時30分～午後0時30分（受付9:15～）

場所： 稲城市立病院健診外来棟・講座室

対象・定員： 30歳から64歳までの市民・**20**名(応募多数の場合は抽選)

内容：管理栄養士、健康運動指導士による講話、運動実技

申込・期間：令和6年10月15日（火）～申し込みフォーム(左記参照)



11月5日（火）まで

★フォームのURL（インターネット） <https://logoform.jp/form/KPTZ/708883>

※10月15日号広報いなぎをご覧ください。



【問合せ】保健センター 電話:042-378-3421

・申し込み人数が7名以下（定員の1/3）の場合は、教室を中止する場合があります。