



座って聞くだけでもオツケー が**ん**ば**ら**ない健康講座

(全2回)

からだをちよつと知る時間
健康と姿勢

- 日時：10:00～12:00
第1回 3月10日(火)
第2回 3月17日(火)
- 場所：リーパスプラザこが
(2階 多目的ホール)
- 定員：20名 (先着順)
- 内容：第1回 正しい健康情報
第2回 姿勢の歪みチェック
- 対象：あまり運動が得意ではない方、
これから始めようと思っている方
(運動を指導している方もOK)
- 参加費：無料
- 講師：健康教育推進研究所
所長 江口 泰正 氏

著書：デジタルヘルスリテラシー 他
AI・SNS時代の"新"健康情報力 大修館書店

申し込み方法※①～③のいずれか

- ①古賀市HPより
- ②電話(092-942-1347)
- ③左記QRコード読み取り



(※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です)

ちよつと
聞いてみらんね

