

# 放課後健康塾 第5期生募集

10名様

参加費  
無料

少人数で共に からだを動かし  
作って食べて 楽しく学んで  
よい健康習慣の獲得を  
目指しましょう



- 対象者**
- 単身者または単身赴任者で生活習慣病が気になる方
  - 健康への意識を高めたい方

**運動編 11月20日 動いて考える水曜日**

**食事編 11月27日 食べて考える水曜日**

**時間はいずれも18:30~20:30**

**18:00~受付**

保健師と管理栄養士が  
やさしく&ガッツリ  
サポートします



**TEL:082-500-7927**

申込締切 令和元年11月8日(金)

電話or申込フォームで  
お申し込みください



広島市中区基町11-13 8階  
(合人社広島紙屋町アネクス)  
つるやゴルフと同じビルです

