

# 健康長寿サポーター養成講習 受講者募集



コバトン

健康長寿サポーター養成講習とは・・・

健康寿命の延伸を目標に生活習慣や食事などの知識について学び、健康づくりを自ら実践し、周囲の人たちに広めていくための講習です。

<日 時> 6月22日(土) 午後1時～2時

<会 場> ハーモニー春日部 研修室1

<対 象> 市内在住の方

<定 員> 20名 直接会場へ

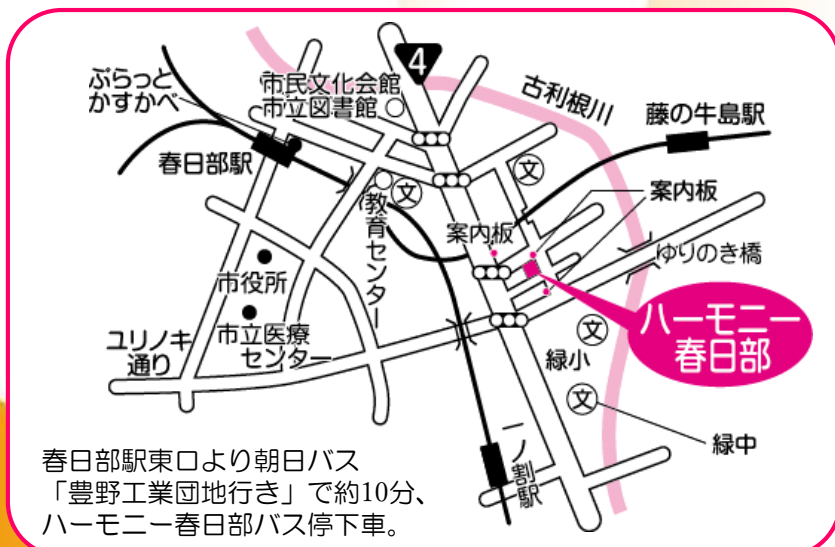
<講 師> 春日部市保健センター  
井上 裕子氏

<内 容> ・食事や運動などについての講習(30分)と簡単なテストを行います。  
・修了すると応援ブックをプレゼントします。

<持ち物> 筆記用具



埼玉県マスコット「コバトン」「さいたまっち」



春日部市男女共同推進センター  
ハーモニー春日部

〒344-0063 春日部市緑町3-3-7  
TEL : 048-731-3333  
FAX : 048-733-0071

駐車場の台数に限りがございます。バスや自転車をご利用下さい。