

健康教室開催



9月18日（水）センター会議室にて健康教室を開催しました。

富谷市から保健師、栄養士の方をお招きし『健診結果を活かして健康になろう』、『生活習慣の振り返りと改善ポイント』をテーマにお話をいただきました。

自身の健康は、自身で守ろうという姿勢でみなさん聴講されていました。

健康は宝です。健診は毎年必ず受診して生活を見直す機会を作りましょう。

