第145回 地域医療公開講座

参加無料

健康づくりの為の 栄養&運動教室

①高血圧予防の食事
②肩・首スッキリ体操

日時 H29. 2/10（金）

開場13:30 講演14:00～15:40

講師

管理栄養士
桑江 まゆみ

健康運動指導士
深澤 友樹

会場 ONE FOR ALL 横浜　地域交流施設

※動きやすい服装でお越しください。

定員 30名

お問い合わせ

株式会社KORU Yokohama（企画・運営）

045-864-7021

〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町157-3 ONE FOR ALL 横浜 地域交流施設

主催：医療法人 横浜柏堤会