

浅草発健康たいとう21推進プロジェクト

浅草で健康づくりと 健康相談・生き方相談

～浅草人と浅草の介護医療を支える人が元気に生きてゆくために～

第1回

健康講座のご案内

【記】

日時：平成25年8月7日(水) 18:00～

場所：竜泉 3丁目泉町会会館(あやめ診療所 隣)
台東区竜泉 3-32

対象：浅草地域のお住まいの方

会費：無料(茶菓子とソフトドリンク付き)

【内容】

18:00～

健康長寿(寝たきりにならないで元気で生きること)のコツ
「健康たいとう21」のご紹介と健康談話。

野菜で元気生活&転ばないための体操。あやめ診療所スタッフも参加します。

19:00 過ぎ～

浅草健康お茶のみ会 野菜サラダ作り
健康談義・生き方談義・健康相談(医療専門家に対応)

当日は、野菜をいじったりします。
エプロンなどを持参いただければ幸いです。
普段、家で使っているお茶碗を持参ください。



当日参加も
歓迎します!

主催：特定非営利活動法人 Healthy Aging Projects for Women (NPO 法人 HAP)

協力：あやめ診療所、特定非営利活動法人友愛会

【NPO HAP 事務局】 〒111-0032 東京都台東区浅草 3-4-1 K-BLDG

【FAX 番号】：03-3876-9084 【当日携帯】090-3381-3823

【日中連絡先】 ケイ薬局内 宮原富士子 03-3876-1506 【メールアドレス】 asakusao@hap-fw.org

【FAX 送信先】 03-3876-9084 もしくは、あやめ診療所までお持ちください

FAX 送信先
03-3876-9084