

# 講演会 運動教室編

専門的な話を聞きたい！！  
実践してみたい！！  
そんな、あなたにおすすめ♪  
**予約が必要です！！**

テーマ	日時	場所	講師
減塩生活	令和2年8月25日(火) 13:30~15:30	東保健センター	医師
骨粗しょう症	令和2年9月30日(水) 13:30~15:30	西保健センター	医師
骨粗しょう症 (運動)	令和2年10月20日(火) 10:00~12:00	西保健センター	健康運動 指導士
高血糖	令和3年2月8日(月) 13:30~15:30	東保健センター	医師
骨粗しょう症 (運動)	令和3年3月3日(水) 10:00~12:00	東保健センター	健康運動 指導士

※詳細は毎月発行される市政だよりをご覧ください  
<予約先・お問合せ> 西保健センター 25-3542  
東保健センター 71-9176

## 呉市国民健康保険にご加入の方へのお知らせ

特定健診の結果にもとづき、対象となる方に各種保健事業のご案内を後日お送りします。

○「フチメタボ快腸チャレンジコース」・「メタボ快腸チャレンジコース」

○「慢性腎臓病(CKD)に関する検査項目の結果について」

ご案内が届いた場合は、生活習慣病予防のため、ぜひご活用ください。  
また、保健師等が訪問や電話による健康相談も行っています。

福祉保健課 健康政策グループ TEL 25-3103

年に1度は、特定健診・がん検診を受けましょう。

