

第11回 地域医療を考える市民の集い

「食べて笑って健康に」

～健康に過ごすために普段からできること～

あなたは健康に過ごすために、普段から何をしていますか？
今回の集いは、日々の食事と笑いによる呼吸法についてのお話です。

日時 平成30年12月9日(日)
午前10時～12時
場所 津島市民病院 2階 講義室
*参加費・申し込み 不要



※入退場は時間外出入口を利用してください。

車でお越しの場合は、駐車券を受付(2階 講義室前)までお持ちください。

講演：『食と健康』について

講師：あま市市民生活部 健康推進課 管理栄養士 下田 理恵 氏

講演：『笑いと健康』について

講師：笑いヨガ ティーチャー・セラピスト 川上 まき 氏

【主催】海部地域の医療と健康を推進する協議会・海部地域医療サポーターの会

(問い合わせ先)

あま市民病院 地域医療連携室 (052-444-0050) 海南病院 地域医療連携室 (0567-65-2511)
津島市民病院 地域医療センター (0567-28-5151) 海部地域医療サポーターの会 (090-8556-0348)