

# メタボ予防改善教室のご案内



仲秋の頃となりました。  
当センターにおきましての、メタボ予防教室の開催をご案内致します。

下記の通り開催致しますので、是非ご参加下さい。  
お待ちしております。

## 記

日時：**平成30年10月3日(水)**

14:30~16:00(14時15分受付開始です。)

場所：**ONE FOR ALL 横浜**(旧戸塚区役所跡地)

内容：健康運動指導士と一緒に柏尾川沿いウォーキング  
雨天の場合、健康運動指導士による運動の実践や  
栄養士によるバランス食について

持ち物：飲み物

※身体を動かしやすい服装でお越し下さい。  
参加費は無料です。



参加希望の方は電話かFAXでお気軽にお申込み下さい。お待ちしております。

申込み締切・10月1日(月) 定員 25名

★〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町 3970-5

戸塚共立メディカルサテライト健診センター/担当 田中・桑江・岡田・稲田

電話 0120-733-153

FAX 045-869-4603

.....  
・ 申込み用紙 10月

・ 名前 \_\_\_\_\_ (男 女) 年齢 ( )

・ 住所 〒 \_\_\_\_\_

・ 電話番号 \_\_\_\_\_