

健康づくり 出前講座のご案内

費用
無料

働き盛りの皆様の健康づくりを応援します。

滝川市では、保健センター職員が事業所にお伺いし、健康づくりをテーマとした出前講座を実施しています。

対象 滝川市内にある事業所の従業員

時間 30分～1時間程度（ご要望に応じます）

※開催希望の1か月前までに電話等でご相談の上、裏面の申込書にてお申込ください。

<出前講座の内容>

講座の内容は、相談に応じて実施いたします。

～出前講座内容の例～

生活習慣病予防 がん対策について

「年に1度の健診で元気のヒントを見つけましょう」

「忙しくてもできる！スモールチェンジで生活習慣病予防」

「高血圧からカラダを守るために」

「あなたに役立つがんのお話し」

こころの健康づくり

「こころの健康について（メンタルヘルス）」

たばこ

「大人のタバコ講座」

お申込・お問い合わせ

滝川市保健センター
（健康づくり課）

住所 滝川市明神町1丁目5-32

TEL 0125-24-5256

FAX 0125-23-2486

