無料公開講座

知って実践！

将来の健康を守る生活習慣病予防と対策



生活習慣病は食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などの生活習慣が
関与する病気の総称です。糖尿病・高血圧症・脂質異常症などの
生活習慣病について、基本知識から治療の意義までわかりやすく解説します。
正しい知識を身につけ、長く健康で暮らすための日常生活の知恵を一緒に学びましょう。

開催日 12/22(火) 15時-16時

講　師 内科　尾形絵美 医師

会　場 ハイライフプラザいたばし
2階Aホール

住　所 〒173-0004
東京都板橋区板橋1丁目55−16

アクセス 都営三田線「新板橋駅」から約4分、
JR「板橋駅」から約1分

定　員 60名

会場へのアクセス



申込方法

右のQRコードから
お申込みください。

お申込み・お問い合わせ

03-5943-2411

8：30～17：30（日・祝のぞく）