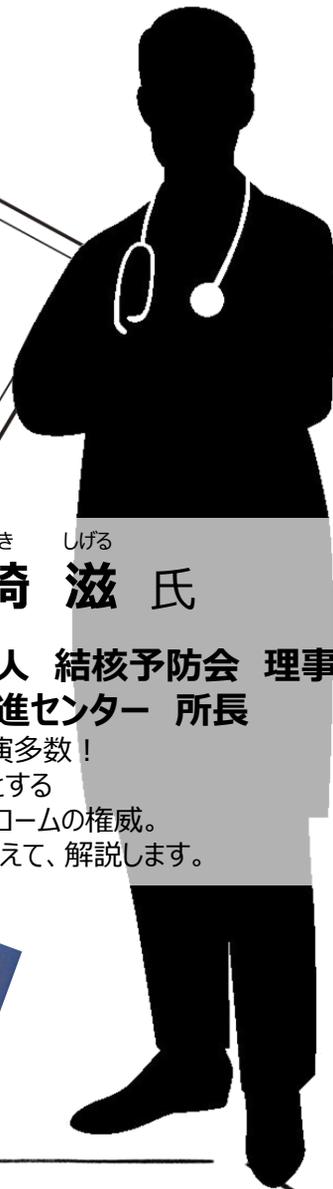


参加  
無料

# 今日からReスタート! 名医に学ぶ生活習慣



みやざき しげる  
講師 **宮崎 滋 氏**

公益財団法人 結核予防会 理事  
総合健診推進センター 所長  
著書やテレビ出演多数!  
肥満症をはじめとする  
メタボリックシンドロームの権威。  
最新の情報を交えて、解説します。

血圧や  
コレステロール値が  
気になる...



メタボだけ  
気を付けていたら  
大丈夫?



そもそも、  
メタボリック  
シンドローム  
って?



講師が副理事長を務める  
日本肥満症予防協会  
のガイドブックを  
差し上げます。



日時 令和7年**9月27日 (土)**  
10時~11時30分

会場 女性総合センターアイム  
1階ホール

対象 立川市民 定員100名  
(申込制・先着順)



8/25  
から

お申込みは電子申請か電話で

立川市健康推進課 保健事業係  
(受付 平日8時30分~17時)

電話 **042-527-3272**

FAX 042-521-0422

お申込み  
2次元コード



組み合わせての受講がおすすめ★  
実践編「8日間モリモリコース」  
の詳細はこちらから  
(対象: 30~64歳)

