

女性のための自分メンテ

～実践編～

食事と運動について
楽しく学びます！！



先着 20 名様
参加費:無料!

講師 遠藤 良江 氏

健康運動指導士・管理栄養士

日時 令和 9 年 3 月 1 日(月)10:00～11:30

会場 鴻巣市保健センター

対象 鴻巣市内在住の女性

申込 2月8日(月)9:00～2月24日(水)17:00

電子申請または保健センターへ電話



↑電子申請は
こちらから

問合せ 鴻巣市健康づくり課(保健センター)

鴻巣市中央2-1

☎048-543-1561