

【羽生市健康チャレンジ指定事業】

働き世代のための 生活習慣病予防講習会

令和7年
12/7(日)
10:00~11:30
(9:30~受付開始)



◆◆ 会場 ◆◆
中央公民館
3階 研修室

働き盛りの皆さん、朝食の欠食や夜遅くの食事、食事バランスの偏りなどの食の乱れを感じていませんか？

本講習会で自分の食習慣を見直し、改善していきましょう！

対象	16～64歳の就労者	定員	25名(先着順)
内容	・生活習慣病予防に関する講話 ・生活習慣病予防に役立つレシピの紹介・試食		
費用	無料	持ち物	筆記用具



参加特典

一食分提供いたします
(メニューは変更になることがあります)

★コバトン ALKOO マイレージ 200 ポイント ★ヘルスサポーターの証
★「外食クリアファイル」 ★健康チャレンジシートのポイント などがもらえます♪

電子申請も
可能です

申込先

羽生市健康づくり推進課
048-561-1121 (内線 174)

申込期間

11/1(土)～21(金)



<https://apply.e-tumo.jp/city-hanyu-saitama-u/offer/offerList/detail?tempSeq=104524>



主催：羽生市食生活改善推進員協議会