

令和7年度 10年後も動ける体を作る

健康のお話し



11月7日(金)



第1部

「带状疱疹ってなに？」 13:30～13:50

今年度4月から带状疱疹ワクチンの定期接種が開始されました。接種費用の一部が公費負担で受けられる機会は生涯一度だけです。

この機会に改めて带状疱疹について学びます。

講師：浅井洋貴 先生（当センター嘱託医・あさい内科医院院長）



第2部

「おなか元気体操」 14:00～15:00

プロバイオティクスを活用して腸内環境を整え、免疫力を向上させるように「おなか元気体操」を行い、健康意識の向上を図ります。

講師：おなかマイスター（神奈川県東部ヤクルト販売株式会社）

* ヤクルトの試飲があります。アレルギーのある方はご遠慮下さい。



申込み

申込み：10月20日(月) 9時から電話または窓口で
市内在住60歳以上の方【先着25名】

場 所：多摩老人福祉センター 2階大広間



お問合せ：多摩老人福祉センター ☎935-2941 ©TPC ©KSW