

令和4年度 健康づくり講座

場所 つがる市民健康づくりセンター
定員 各30名(完全予約制)

1

令和4年9月28日(水) 午後2時～3時まで

膝と腰さえ治れば17歳！

講師：浪岡整形外科 医師 大竹 進 氏

2

令和4年10月25日(火) 午後2時～3時まで

歯周病の基礎知識と糖尿病の関係

講師：青森県歯科医師会 会長 福士 賢治 氏

3

令和4年11月21日(月) 午後2時～3時まで

塩と健康と、わたしの栄養－減塩のススメー

講師：五所川原保健所 管理栄養士 吉田 優弥 氏

つがる市 健康福祉部 健康推進課

電話 23-4311