

高知市在住・在勤者限定

高知市いきいき健康チャレンジ2024

応援講座 ～栄養編～

参加者 プレゼント

- ・高知家健康パスポートヘルシーポイント
- ・スポーツ飲料
- ・キウイフルーツ

7/6 (土)

13:30~15:30

(開場13:00) 託児あり

会場

総合あんしんセンター3階
(高知市丸ノ内1丁目7-45)

「生活習慣病を予防しよう！今日から役立つ食事の話」

【講師】公益社団法人高知県栄養士会

理事 宮島 功 氏

出前図書コーナー

オーテピアスタッフがおすすめする
栄養に関する書籍をご紹介します

その他

- ・いきいき健康チャレンジ受付
- ・栄養相談・塩分味覚域チェック
- ・ロコモ度（立ち上がり）テスト
- ・高知家健康パスポートアプリの操作支援コーナー

《申込期間》 6/20(木)～7/5(金)

定員
200名

申込み



【電話申込みはこちら】

高知市コールセンター

088-821-7880

【受付時間】 9:00～17:00

※土日祝を除く



【WEB申込みはこちら】

24時間受付可能



【問合せ先】高知市保健所 健康増進課

丸ノ内1丁目7-45 総合あんしんセンター1階 TEL 088-803-8005