

 めざそう、健康長寿を！

—無料—

# 3月の健康教室

場所：2階 大会議室

時間：午前10時～10時30分



12日(土)

『肺の生活習慣病「COPD」の話  
今すぐできる呼吸体操』

講師：理学療法士

26日(土)

『食事療法について(食物繊維)』

講師：管理栄養士



沖縄県または南部地区に

「インフルエンザ警報」が発令されている場合は、  
健康教室はお休みとなります。

問い合わせ：与那原中央病院（健康相談室） ☎ 945-8101

