

令和5年度

健康あさか普及員の活動予定

ASAKA健康ラウンジ



©おさしのフロントあさか

はじめての参加、久しぶりの参加も大歓迎です。

『ヘルス』や『健康』をキーワードに楽しく学び、語りませんか。

ゲスト(株)大塚製薬
試飲体験

4/23 (日)

10:00～正午
熱中症を防ぐ！外出前の〇〇

食育月間企画
絵本の読み聞かせ

6/19 (月)

10:00～正午
〇〇絵本とおススメ間食

ゲスト：野菜ソムリエ
健康づくり講演会

7/2 (日)

13:30～15:30
発見！〇〇〇の美味しい食べ方

ゲスト歯科衛生士
夏休み企画

8/24 (木) 

10:00～正午
この夏はじめる！自分みがき

スペシャルゲスト
ワインエキスパート

12/16 (土) 

14:00～16:00
ワインの世界をのぞいてみよう！

講師募集中！

2/19 (月)

10:30～正午
ストレッチで〇も〇も癒そう

〇〇の答えを見つけに、ぜひ参加しませんか。お待ちしております！

※内容やゲストは都合により変更になる場合がございますのでご了承ください。

朝霞市 健康づくり課 (保健センター)

048-465-8611

