

**健康**について考えてみませんか？

# 身体の中から元気に いきいき血管講座

血管事故は種々の病気を引き起こします。自分の健康状態や生活習慣を振り返りながら、血管にかかわる病気とその予防法について学びましょう。

令和**8**年**1**月**22**日(木)  
**13:30~14:30**  
開場**13:00~**

ところ 諏訪市公民館 視聴覚室

参加  
無料

血管年齢  
測定体験  
できます！

講師 明治安田生命保険相互会社職員

定員 20名

持ち物 筆記用具、健康診断結果

申し込み方法 ①電話  
②窓口へ

ホームページも  
ご覧ください！



→申込期間 1月5日(月)~14日(水)

申し込み・お問い合わせ 諏訪市公民館 ☎ 53-6219  
(受付時間：日曜祝日以外の9時~17時)