



働きざかりのための
おなか・スマート教室



おなか周りが気になるあなたも、
パートナーのおなか周りが気になるあなたも！
毎日の食事・運動方法を見直してみませんか？

管理栄養士(^v^)と運動指導員(^_^)、保健師(^u^)が教室を担当します

〈ご都合のよい日程にご参加ください※予約制〉

平日開催の教室につきましては、保育応相談(2歳～未就学児)です。

①7月16日(土) 10:00～11:30 藤沢市保健医療センター

②9月29日(木) 10:00～11:30 明治市民センター

③10月29日(土) 10:00～11:30 藤沢市保健医療センター

④12月22日(木) 10:00～11:30 遠藤市民センター

⑤2012年2月28日(火) 10:00～11:30 湘南台市民センター

〈費用〉無料

教室参加者に保健医療センタートレーニングルームの「無料体験チケット」さし上げます
〈お申し込み・お問い合わせ〉会場への直接の連絡はご遠慮ください。

TEL 0466-88-7311〈月～金曜 9:00～17:00〉

(財)藤沢市保健医療財団 藤沢市保健医療センター 保健事業課 保健指導担当
〒251-0861 藤沢市大庭5527-1

