

なんとなく心の不調を感じる… 心配な家族が
いる… ちょっと息抜きしたい、話したい方も…
月…一回開催
今日ご一緒できた方と、地域とつながって、
「こころとからだ」をほぐしてみませんか。

ここから
カフェ
九品仏

第87回

9月20日(…土) 13:30～15:30

酷暑を切り切る
レイジーな防熱策
健康維持と健康増進
握力測定もしてみよう

講師:世田谷区 国保・年金課特定健診係
委託先 株式会社メディヴァ
保健師・管理栄養士

参加費: 300 円(資料代)
会場: 九品仏複合施設2階

★予約をお願いいたします

予約連絡先: 090-3961-8514(湯澤)
QRコードからも申込みます →



「ここからカフェ九品仏」

<https://setagaya-npolink.jp/>

<https://tamamati.com/>

主催: ここからカフェ九品仏

協力: 世田谷保健所健康推進課

<次回は10月25日 防災の話>

