



ヘルスアップ講座

[北九州市『健康マイレージ』対象事業]



免疫力を高めて いきいき健康生活

免疫とは、細菌やウイルスなどの病原体から身体を守る自己防衛機能のことで、健康維持には欠かせないものです。しかし免疫力が低下すると、風邪やインフルエンザなどの感染症、がんなどさまざまな病気を引き起こします。
この講座では、免疫力を高める生活習慣のポイントをご紹介します。



日 時

1月20日(土) 10:00~12:00 (受付開始 9:30)

会 場

一般財団法人西日本産業衛生会
八幡健診プラザ(北九州産業衛生診療所) 2階 セミナー室
北九州市八幡東区東田1丁目4-8 [地図は裏面をご参照ください] ※駐車場完備

内 容

■すぐできる!免疫力を高める生活習慣 ■運動で免疫力を高めよう

定 員

20名 ※定員になり次第、締め切らせていただきます

申込方法

封書・ハガキ・FAX・メールで 申込内容をご記入のうえ お申込みください

[封書・ハガキ] 〒805-0071 北九州市八幡東区東田1丁目4-8 「ヘルスアップ講座(冬)」係

[FAX] 093-671-8140

[メール] medic@kitakyu-hp.or.jp

*ご記入いただいた個人情報は、事務局からのご連絡、参加者名簿の作成等、セミナー運営以外には使用いたしません。

お問い合わせ

TEL : 093-671-8108 (受付時間: 平日 8:30~17:00)

[担当] 健康管理課 松尾

2018冬 ヘルスアップ講座 参加申込書

フリガナ			
お名前	(男 女)	年 齢	歳
ご住所	〒	電話番号	

八幡健診プラザ（北九州産業衛生診療所） 交通アクセス

- JR をご利用の場合 八幡駅北口から徒歩2分
- 車をご利用の場合 都市高速 東田出口から1分（駐車場完備）

*ナビをご利用の際は住所で検索してください。電話番号検索では旧住所をご案内する場合がございます。

[住所] 北九州市八幡東区東田1丁目4-8

