



減塩ベジアップ教室～足の健康編～

令和5年11月30日（木）

時間：午前10時～午前11時30分

場所：大江町中央公民館 クッキングルーム



定員15名

◆内容： 講話&実技

「いつまでも歩きつづける足づくり ～足のお手入れをしてみましよう！～」

講師：一般社団法人フットヘルパー協会山形認定校

渡邊 悦子 氏

希望者：インボディ測定（体成分分析装置）9時15分～9時50分

【持ち物】

- ・足が入るバケツ又は洗い器
（下に敷くタオルや雑巾等も）
- ・タオル（足ふき用）
- ・保湿クリーム（家にあるもの）
- ・飲み物



お申込み期限 11月24日(金)

【お申込み・お問合せ】電話：62-2114 FAX：62-4736

メール：hoken@town.oe.yamagata.jp

※下記申込書を役場1階健康福祉課にご提出ください。

（電話・FAX・メールでも申込可能です）

-----切り取り-----

減塩ベジアップ教室～足の健康編～ 申込書

氏名	
住所	大江町大字
電話番号	