

玉野市立図書館・中央公民館 主催 特別講座

知っておきたい体の事

正しい知識を身につけて、自分の身を守ろう。

令和8年 9月4日(金)

14:00～15:30 ※13:30～開場

場所：玉野市立図書館・中央公民館 第3・4研修室

定員：30名 ※要申込み・先着順

お電話または総合カウンターで申し込み 8月4日(火)～申込開始

受講料
無料

講座内容

「がん相談支援センター」をご利用ください

「もし、がんと診断されたら」「ご家族が、がんと診断されたら」
「日常生活でのがん予防について」など専門スタッフがわかりやすく解説します。

講座内容

生活習慣病・フレイル予防について学びましょう

健康寿命を延ばすためのポイントや、自宅でできる簡単な体操も紹介します。

当日スケジュール

※内容は変更する場合があります

13:30～受付

14:00～14:40 がん講座

14:40～14:50 休憩

14:50～15:30 生活習慣病・
フレイル予防講座

玉野市役所
健康医療課
職員

【お問い合わせ】

玉野市立図書館・中央公民館
玉野市宇野 1-38-1
天満屋ハッピータウン・
メルカ2階
0863-31-3712

玉野市立図書館・
中央公民館 HP



※前回の講座の様子



講座名

特別講座『知っておきたい体の事』

名前

年齢

電話番号

受付日

受付番号

※お預かりした個人情報は、本イベントの開催・運営以外の目的には使用いたしません。