

令和元年9月30日  
三次市 福祉保健部 健康推進課

---

## タニタの健康セミナー「ゆげんきで元気！！」 ～男性も女性も！セルフエイジングケアで若々しく。～ イベントの開催について

---

三次市では、市民の生活習慣病の予防や重症化予防の推進による健康寿命の延伸をめざすことを目的に、甲奴健康づくりセンターゆげんきで運動と食について体感できるイベントを次のとおり開催します。

- 1 日時 令和元年10月20日（日）10：30～15：00
- 2 場所 甲奴健康づくりセンターゆげんき  
（三次市甲奴町西野592番地）
- 3 内容 10:30～12:00  
「タニタの健康セミナー『ゆげんきで元気！！』  
～男性も女性も！セルフエイジングケアで若々しく。～」  
株式会社タニタヘルスリンク 管理栄養士 塚原 絵理さん  
  
13:00～15:00 体組成計の体験会 & 体力測定
- 4 添付書類 チラシ

---

本件に関するお問い合わせ先

---



三次市 福祉保健部 健康推進課 健康推進係  
（担当／備後・伊藤）

電話番号：0824-62-6232 FAX番号：0824-62-6382

E-mail：kenko@city.miyoshi.hiroshima.jp

〒728-0013 広島県三次市十日市東三丁目14番25号

# タニタの健康セミナー

## 「ゆげんきで元気！！」

～男性も女性も！セルフエイジングケアで若々しく。～

日時：10月20日（日）

会場：三次市甲奴健康づくりセンター ゆげんき

（三次市甲奴町西野 592 番地）

### ★タニタの健康セミナー 10:30～12:00（開場 10:00）

◆講師：（株）タニタヘルスリンク 管理栄養士 塚原絵理 氏

話題の「抗酸化・抗糖化」をキーワードに、見た目だけでなくからだの中身も若々しく元気になる食事法とポイントをご紹介します！！

◎併せて「ゆげんき」の活動もご紹介！

※託児もあります

◆定員：100名

要予約

大人気のセミナーです！  
お申し込みはお早めに。

### ★お楽しみイベント 13:00～15:00



体組成計の  
体験会

&

体力測定

（ミスノスポーツサービス・体協甲奴支部）



◆ランチは、《健塩応援店》ゆげんきレストラン「ピーナッツ」でどうぞ！  
野菜たっぷりメニューや健塩みそ汁が食べられます！

《アクセス》



◆みよしウエルネス（ゆげんき）  
会員の入会受付も実施。  
即日会員証をお渡しします！



【お問い合わせ・予約】（平日 8:30～17:15）  
三次市健康推進課 ☎0824-62-6232  
FAX0824-62-6382