

# 市民公開講座

【1月のテーマ】

高齢社会に向けて ～心と身体の健康管理～

入場無料

事前申込不要

開催日：第1回 平成30年1月10日(水)

第2回 平成30年1月24日(水)

開催時間：10:30～11:30

場所：済生会江津総合病院1階 外来1ブロック前

講師：済生会江津総合病院

名誉院長 堀江 裕

高齢になっても病気を予防し、  
体調を維持しながら元気で  
過ごしたいものです。

そのためには免疫力を向上させる、  
筋力を保つ運動を心掛けるなど、  
心と身体の健康管理が必要です。



高齢社会に向けて  
身近な取り組みから、  
一緒に考えてみませんか。



【問合せ先】

済生会江津総合病院  
事務部 溝上

TEL：0855-54-0101 (代表)