

健康講座 「よい睡眠で粋民に」



本日の健康講座が皆さまの穏やかな毎日につながりますように・・・



椅子 de ビクスで
身体を温め、
いい眠りの環境を



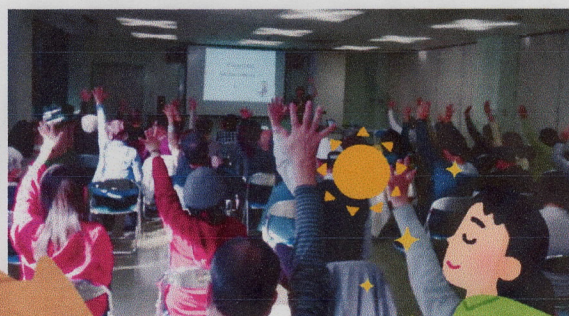
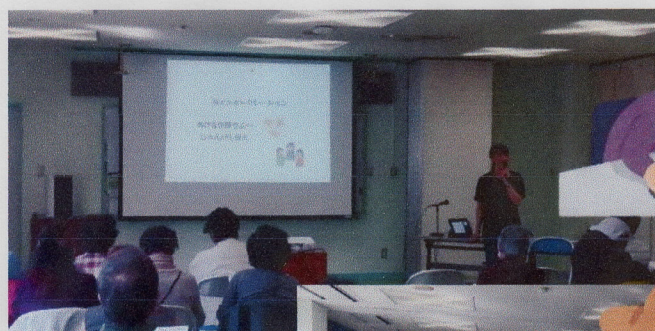
2026年3月7日(土) 午後1時半～午後3時半 (途中10分休憩)

会場：沼南近隣センター 1階会議室

主催：風早北部地域ふるさと協議会

講師：看護師・産業カウンセラー 石川いづみ氏

計47人の住民の皆さんの参加で約2時間の健康講座を楽しく受講しました。



いきいきセンターから乾パン支給がありました。