

あなたと家族の健康のために

はい(肺) 元気講座

呼吸の仕組みや病気について知り、今日から出来る
肺の鍛え方を学びましょう。
健やかな毎日を送るためのヒントが見つかります。

日時

11/18 水

参加費
無料

講演 COPD(慢性閉塞性肺疾患)と喘息、
肺の鍛え方について

講師 はなさきクリニック
院長 加藤 栄志 氏

体操 呼吸らくらく体操

講師 健康づくりリーダー



場所 清洲総合福祉センター 1階 つながり広場



対象 市内在住、在勤、在学の方 20名(先着順)



時間 午後2時～3時30分
(受付:午後1時45分～)



申込み方法

下記二次元コードから、Web 予約又は
健康推進課健康づくり係(400-2971)へ電話申込

こんな方におすすめです

- ☒ 最近、咳や息切れが気になる方
- ☒ 喫煙歴がある方
- ☒ ご家族に呼吸器の病気がある方
- ☒ 健康を維持したい方



肺を大切にして
毎日をもっと元気に！

7月13日(月)より申込みを開始します。
当日は動きやすい服装でお越しください。
聴覚障害のある方は事前にお知らせください。

清須市 健康講座

