



生活習慣病予防で 癌がふせげる？

最近、体重が
増えたな…。

運動、ぜんぜん
してないな…。

甘い物も油っこいものも、
つい食べちゃう…。



その不安や悩み、
健康講座と一緒に
解決しませんか。

ご本人だけでなく、
ご家族の健康が気にな
る方もぜひご参加
ください。



☆日 時 10月20日(月) 14:00 ~ 15:30

☆会 場 岡病院 管理棟 2階会議室

☆参加費 500円

講 演 内 容

毎日の習慣で癌予防

医師

小島 和人

ちょっと痩せる食べ方のヒント

管理栄養士

竹澤 慎吾

健康寿命を延ばす運動のコツ

理学療法士

浦野 拓海

《お申込み・お問い合わせ先》

外来受付で申し込み用紙に記入の上、お申し込みください。申し込み状況に応じて、受付を終了
させていただく場合がございます。 医療法人桂水会 岡病院 TEL0495-24-8821