

無料

# 運動と健康と私...

～健康な体にはバランスのよい食事としっかり噛める歯が必要ですよ～



## 2月16日(日)



時間 午後2時から4時まで

会場 松崎町環境改善センター ホール(松崎町宮内303-6)

対象 健康づくり、スポーツに興味のある皆さん(100人程度)

## こんな機会、めったにありません！！

運動をしている人、運動を子どもにさせたい人、いつまでもいきいきと長生きをしたい人、すべての人に聞いていただきたい内容です。

マウンテバイク、アメリカンフットボール、ソフトテニスを経験しています。(山本先生)

【講演会内容】

### 1 スポーツと歯科の関係

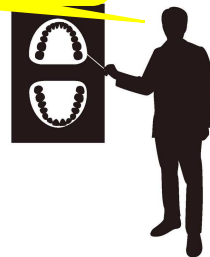
講師 田子歯科診療所 院長 山本 治文先生

日本スポーツ協会公認スポーツ歯科医師

### 2 スポーツと栄養の関係

講師 日本スポーツ協会公認スポーツ栄養士 小山 ゆう 先生

バスケットボールとサッカーのチームに携わることが多かったです。(小山先生)



申込方法 賀茂健康福祉センター健康増進課まで電話またはFAXにてお申し込みください。

(TEL 0558-24-2036 FAX 0558-24-2169)

お願い 中瀬邸駐車場をご利用ください。

(3時間無料、宮の前橋の信号から役場方面に抜けて、蔵ら駐車場の隣です。)