

# 食と健康のスマート・マスター育成講座

無料

東京都健康長寿医療センター研究所 副所長（医師）

## 藤原 佳典 氏

いろは健康ポイント  
対象事業

申込要

わかりやすい！

楽しい！

講

演

会



地域のか、スマート・マスター  
とともに3倍元気になる方法  
～地域活動で健康寿命を延ばそう！～



- ▶食・職を通じての地域活動
- ▶通いの場で健康づくり
- ▶フレイル予防など

令和8年 **7月27日**（月）10：00～12：00

会場：志木市民会館仮設会議室（マルイファミリー志木8階）

定員：50名

対象：どなたでも

持ち物：筆記用具、飲み物、活動量計（いろは健康ポイント事業参加者のみ）

【お申込み】志木市役所 健康政策課内へ

・メール ([kenkou-seisaku@city.shiki.lg.jp](mailto:kenkou-seisaku@city.shiki.lg.jp)) ・申込フォーム

・電話 048-473-1674 ・FAX 048-474-4462

いずれかの方法でお申込みください。

\*メール・FAXでお申し込みの方は、裏面の申込用紙をご利用ください。

**7月21日（火）**まで受付しております。

※応募者多数の場合は抽選し、結果を3日前までに  
全員にお知らせします。



申込フォーム

\*ご記入いただきました個人情報は市が厳重に管理し、本事業の目的以外には使用いたしません。  
主催：志木市健康政策課