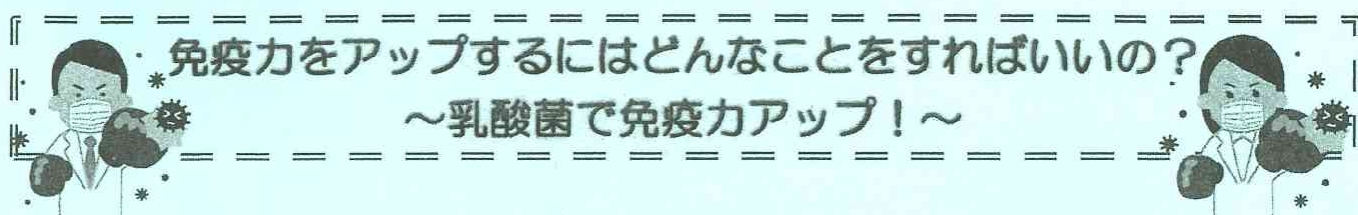


令和5年度仙台市障害者健康指導教室



運動不足、体力低下が気になっていませんか? 運動不足や体力低下は、免疫力低下が懸念されます。免疫力低下は思わぬ病気を誘発したり、体調不良の原因となることもあります。

今回は免疫力アップの方法、健康維持をするためにどんなことが有効かを学ぶことを目的とします。

日時 令和5年9月4日(月) 10:00～11:30

内容 免疫力アップに有効なこと、乳酸菌による免疫力アップについて学びます。

対象 仙台市内にお住まいの障害のある方、難病の方など 15名

会場 仙台市福祉プラザ 10階 第三研修室

持ち物 筆記用具・飲み物

講師 宮城中央ヤクルト販売株式会社
直販部 企画研修担当 太田 里沙 氏



申し込み

所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、**令和5年8月23日(水)**までに、郵送、メール、FAX等にて社会福祉法人仙台市障害者福祉協会へお申し込み下さい。

《問合せ・申込先》

社会福祉法人
仙台市障害者福祉協会

〒980-0022

仙台市青葉区五橋

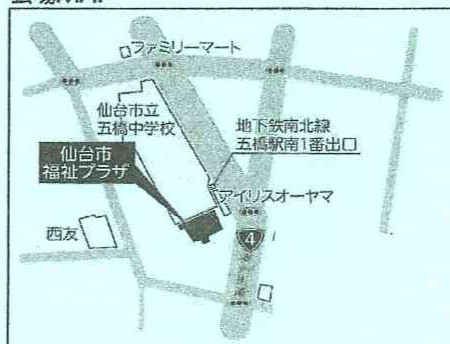
二丁目12番2号

TEL 266-0294

FAX 266-0292

e-mail shakaisanka@shinsyou-sendai.or.jp

会場MAP



仙台市福祉プラザまでのアクセス

【バス】市営バス・宮城交通バス
(仙台駅前から約3分)

「五橋駅」下車 徒歩4分

「福祉プラザ前」下車 徒歩3分

【地下鉄】市営地下鉄南北線
(仙台駅から「富沢行き」に
乗車 約1分)

「五橋駅」下車 南1番出口から
徒歩3分