

健康について一緒に考えてみませんか。毎回いろいろな専門家がわかりやすくお話しします。
どなたでもお気軽にご参加ください。

令和8年度 第1回

「つるおか健康塾」

日時：5月23日(土)

場所：荘内病院 3階 講堂 午後1時30分～3時

内容：①「笑顔で健康！仲間と楽しく太極拳体験」



【講師】：叶野真弓氏

②「骨と筋肉を鍛えて健康寿命を延ばそう」

【講師】：宝田整形外科クリニック 院長 阿部周市氏

対象：ご興味のある方どなたでも 先着 30名



【お問い合わせ・申し込みは電話かFAXをお願いします。】

荘内病院 2階 地域医療連携室内 緩和ケアサポートセンター鶴岡・三川
電話 0235-26-5180 FAX 0235-26-5156

切り取り線

令和8年5月23日(土)「つるおか健康塾」に参加します

お名前	お電話	お住まい
		<input type="checkbox"/> 鶴岡市 <input type="checkbox"/> 三川町 <input type="checkbox"/> 酒田市 <input type="checkbox"/> その他 ()