

みさと健和病院・みさと健和クリニック

第16回 三郷市民公開講座

参加無料!!

2026/6/30(火)14:00~15:00



お申し込みはこちらでも!

たくさんの方の参加をお待ちしています!

保健師さんから
“特定保健指導”の
お話もごさいす!



講師：小西 舞 医師
みさと健和病院健診センター



みさと健和団地診療所
3階会議室

三郷市采女1丁目76

※サブ会場はモニター参加

健康診断で のばそう!

~無理なく続ける健康管理~

健康寿命

健康寿命を延ばす鍵は、年1回の健康診断で体の「現在地」を知ることにあります。健診結果を元に、食事や運動などの生活習慣を少しずつ見直すことが、将来の病気予防に直結します。無理な我慢ではなく、自分に合ったペースで「できること」を継続し、いつまでも元気に動ける体を目指しましょう。

会場：三郷市中央 1-16-5 みさと中央医療福祉ビル 4階

三郷中央駅から「におどり公園橋」を渡り川沿いに5分ほど「におどり薬局」のビルです。
無料駐車場はございませんので公共交通機関をご利用ください。

感染予防のためマスク着用をお願いします。また参加者多数の場合、入場を制限させていただく場合がございます。

○お申し込み/問い合わせはみさと健和病院組織課「048-955-7872」
平日 9:30~17:00 土曜日 9:30~12:00 ※日祝は不在です。

〒341-8555 三郷市鷹野 4丁目 494-1 みさと健和病院 ☎048-955-7171(代)