

公立松任石川中央病院 総合健診センター リニューアルオープン記念 市民公開講座&内覧会



日時 平成31年 **3月2日(土)** **10:00~16:00** **入場無料**

場所 **公立松任石川中央病院総合健診センター** (白山市倉光三丁目8番地)

プログラム

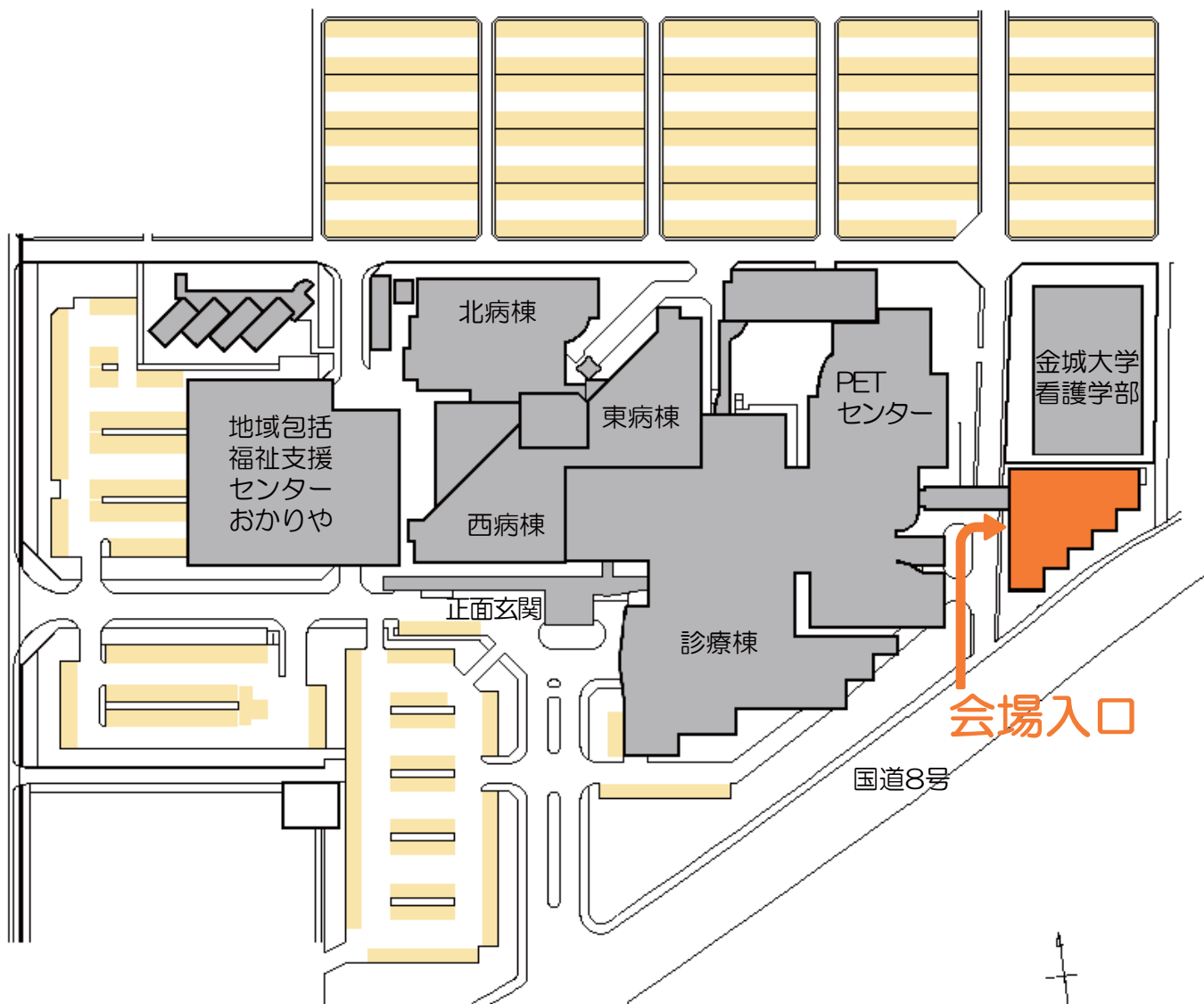
- **公開講座** 午前の部 11:00~ 午後の部 14:00~
演者 **ダイナミック Hakusan** 健康運動指導士 **三井 外喜和さん**
テーマ 「運動の必要性と疾患別運動療法」
- **健康フェア** 10:00~15:00 血糖値測定、血管年齢チェック、骨密度測定、血圧測定
- **健康増進エリア体験コーナー** 10:00~15:00
ランニングマシン、ウォーキングマシン、ウェイトトレーニングマシン、エアロバイク、足湯
※体験コーナーの利用を希望される方は、内履きシューズを持参し、動きやすい服装でご来場ください。(当日は更衣室の利用はできません)
- **スタジオレッスン見学** 13:00~ エアロビクス 15:00~ **美☆姿勢エクササイズ**
- **内覧会** 10:00~16:00



白山石川医療企業団
公立松任石川中央病院

お問い合わせ:総務課 TEL.076-275-2222(代)

公立松任石川中央病院 総合健診センター リニューアルオープン記念 市民公開講座 & 内覧会 会場案内図



…駐車スペース