

令和8年度 第1回
健康づくり講座

テーマ

やくだ

生活に薬立つ講座

～健康を維持するために
必要なこと～

お薬手帳

日時 令和8年8月26日(水)

午前10時～正午

会場 2階 第1研修室

対象 市内に住所を有する60歳以上の方

定員 20名

費用 無料

持ち物 筆記用具、飲み物、お薬手帳

内容

- ・薬やサプリメントの正しい使い方、
高齢者がやるべきセルフケアとは？
- ・骨密度や血管年齢測定等の健康チェック

講師 コスモプラス株式会社(コスモ薬局)
薬剤師 野田 政充 さん

正しく使って
健やかな毎日を
サポート!

申し込み

8月10日(月)～

※開館時間内に本人が直接老人福祉センターくすのき荘へ
(電話可、申込み順)

開館時間 9時30分～16時

☎ 048-979-6600