

令和元年度 健康ひょうご21県民運動但馬会議総会・研修会



日 時: 令和元年6月27日(木)14:15~16:10
場 所: 但馬長寿の郷 第3・4研修室
参加人数: 60人



健康ひょうご21県民運動但馬会議総会の様子



●情報提供「受動喫煙防止条例の改定について」

講 師: 兵庫県 健康福祉部健康局健康増進課 受動喫煙対策班長 中嶋 嘉彦 氏



●講 演「気づくことでバランスアップを！」

～姿勢、運動習慣、生活習慣などの気づきのヒントから自分を見直しバランスのよい生活を送りませんか～
「+10(プラス・テン)エクササイズ」

講 師: 神戸YMCA 健康運動指導士 竹内 尚美 氏

