

令和7年度【全保健センター予定】

会場	① 中央本町地域・保健総合支援課	② 竹の塚保健センター	③江北保健センター	③ 千住保健センター	④ 東部保健センター
開催日	令和 8 年 1 月	9 月	令和 8 年 2 月	11 月	12月
広報(号)	11月25日	7月25日	令和 8 年 1月1日	9 月 25 日	10月25日
テーマ	見た目姿勢で-(マイナス)??歳 ～動ける身体づくり～	ちょい増し野菜で腸内環境を整えよう	ちょい増し運動で、ちょいまし貯筋	免疫力アップ ～心と身体がイキイキする大人のためのセルフケア講座～	アイフレイル -目の健康寿命をのばそう-

※お問い合わせ・お申し込みは、各保健センターになります