

「アジな！健康教室」(石巻市牡鹿地区網地島)が始まりました

平成 25 年度の健康教室「アジな！健康教室」が5月31日(金)に石巻市牡鹿地区にある網地生活センターで開始されました。この運動教室はどなたでも参加できる健康講話や体操を行う教室です。5月～12月にかけて4回コースで行う予定で、健生株式会社のご協力を得て実施しています。初回であるこの日は、10名の方々が参加し、対象者の方々の味覚チェック、体操、栄養講話を行いました。多面的な支援によって心身両面の健康増進を支援していきたいと考えています。よりたくさんの方々が参加されることを期待しています。

健生株式会社のスタッフの皆様、そしてご協力いただいた皆様へこころより感謝申し上げます。

(公衆衛生学分野・遠又靖丈、運動学分野・鎌田由香)

