



横浜市港北図書館

横浜市スポーツ医科学センター



第8回 スポーツ医科学セミナー

参加費無料

メタボ&ロコモ予防の食事学

メタボリック症候群とロコモティブシンドロームは健康にとって大敵です。健康で過ごすために今日から食生活を見直してみませんか。横浜市スポーツ医科学センターの管理栄養士が、わかりやすくお話しします。

スポーツ医科学セミナー

港北図書館と横浜市スポーツ医科学センターとのコラボレーションにより、区民の健康問題の課題解決支援事業として、平成23年度から開催しています。

日時 平成29年1月19日(木) 午前10時~12時

会場 港北図書館2階会議室

講師 高木 久見子 氏

(横浜市スポーツ医科学センター 管理栄養士)

定員 先着30名

申込 12月20日(火) 午前9時30分~

港北図書館カウンター または 電話(421-1211)で受付

主催 横浜市港北図書館・横浜市スポーツ医科学センター

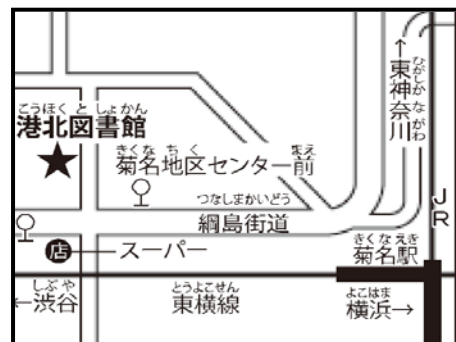
**図書館は、みなさまの
身近な課題の解決を支援します！**

医療情報コーナー

病気・薬や病院に関する資料や、調べ方などがわかる資料を集めたコーナーです。



当日は関連の図書館資料を会場に展示します。
1階カウンターで貸出もできます。



問合せ先：横浜市港北図書館

横浜市港北区菊名 6-18-10

TEL 421-1211 FAX 431-5212

●JR・東急東横線 菊名駅から徒歩7分

●市営バス 41, 59 系統

「菊名地区センター前」下車 徒歩1分