

中総

岡崎中央総合公園

健康ステーション

～生活習慣を見直そう～

☆元気ハツラツ☆

管理栄養士専攻による食習慣のチェック&改善

健康運動指導士による運動習慣のチェック&改善

Wチェックを行い、生活習慣を改善しましょう！
専門的な指導によりモチベーションの向上間違いなし！

健康ステーション 案内板

日時 9月29日、10月13・27日、11月24日、12月1・15日

木曜日 午前10時15分から午前11時15分まで

対象 トレーニング室利用者（各回6名 先着順）

相談料 無料（別途トレーニング室利用料）

場所 岡崎中央総合公園 トレーニング室

講師 愛知学泉大学 管理栄養士専攻 学生

健康運動指導士 / 福谷 尚也

申込 当日1時間前よりトレーニング室受付にて

もっと岡崎、きつと家康

問合せ 岡崎中央総合公園 TEL 0564-25-7887 FAX 0564-25-5815



※10/27のみ健康運動指導士不在