

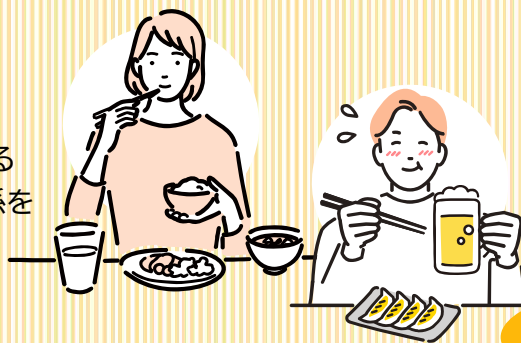
健診結果を活かそう!

知ると変わる、 これからの食事

コレステロール値を改善する食事のポイント

健診で気になる数値、
そのままにいませんか?

本講座では、40～50代の方によく指摘される
コレステロールの数値について、食事との関係を
わかりやすくご紹介します。
忙しい毎日でも取り入れやすい、
食事の工夫をお伝えします!



日時

令和8年

9月16日(水)
午前10時～12時

場所

港区立男女平等参画センター
みなとパーク芝浦 1階
リーブラホール

〒105-0023 東京都港区芝浦1-16-1

講師

日本女子大学 食科学部 名誉教授
丸山 千寿子 氏

対象

区内在住・
在勤・在学者

定員

100名
(申込順)



公共交通機関をご利用ください

申込み

受付期間

8月17日(月)～
9月15日(火)

受付時間

午前9時～午後5時
※初日のみ午後3時から

電話

みなとコール

03-5472-3710

オンライン

申し込みは
こちら→



一時保育をご希望の場合

9月1日(火)

までに、申込時にご予約ください。
(4か月から就学前、申込順)

申し込みはこちら→



問合せ

みなと保健所
健康推進課 健康づくり係
☎ 03-6400-0083

参加者1組につき、100ポイントをプレゼント!

みなとクPAYをダウンロードしてお越しください!

みなとクPAY

