

千葉県美浜いきいきプラザ(共催:千葉県 & ロッテ)



ことで



健康寿命

を延ばそう

～健口プログラム～

先着

千葉市内在住の方

30名

対象:

全4回通える & お家でガムトレーニングができる方募集

1回目と4回目にお口や体に関する測定を行います。また、お家でできる簡単なお口の体操方法を紹介！トレーニングしましょう♪

日時: 全4回 (全て金曜日開催)

10月30日・12月11日・1月22日・2月12日

初回: 10/30(金) ①10:00～ ②11:00～ ③13:00～

(初回は時間予約制: 各回10人ずつ)

→12/11および1/22は10時～11時。2/12は初回と同じように時間予約制。

申込: 10月1日(木) 9:30～ ※定員に達し次第受付終了

※申込は、電話・FAXまたは直接受付まで。FAXの場合は、  
「氏名・住所・年齢・性別・電話番号」を忘れずにご明記下さい。



千葉県美浜いきいきプラザ

電話: 043-270-1800

住所: 美浜区高洲3-5-6

FAX: 043-270-1811



一般駐車場はありません。お車でお越しの際は、近隣の有料駐車場をご利用ください。