

第18回 昭和薬科大学・町田市生涯学習センター共催市民講座 超高齢社会を生き抜く		主催 昭和薬科大学・ 町田市生涯学習センター	
		人生百年時代を迎え、高齢者が元気に生きていくには、必要な栄養はしっかり食餌(しょくじ)から取り、不要物はしっかり外に出すことが大切です。 第1部では食餌の重要性を、第2部では排泄の重要性を(癌などの前立腺の病気とともに)お話します。	
日時	11月18日(土) 14:00～16:00	定員	140名(申込順)
		費用	無料
会場	町田市生涯学習センター 7階 ホール (町田市原町田6-8-1)		
申込	10月18日(水)～11月13日(月)に、電話で町田市イベントダイヤル(042-724-5656)へ。 ※受付時間 7:00～19:00 初日のみ12:00から ※町田市のイベント申込システム「イベシス」での申込も可(イベントコード:231018A)		
問合せ	042-728-0071 (町田市生涯学習センター)		



町田市総合健康づくり月間2023		主催 町田市保健所	
		町田市保健所では、気軽に健康づくりに取り組める機会を提供することを目的に、11月を「町田市総合健康づくり月間」と定め、各施設やオンライン等を中心に「町田市総合健康づくり月間2023」を開催いたします。運動教室や体験会、講演会、オンラインセミナーなど、様々な健康づくりに関するコンテンツを紹介いたします。 子どもから高齢者まで、みんなで楽しく健康づくりを実施する11月にしませんか。	
日時	11月1日(水)～11月30日(木)		
会場			
対象			
定員	各イベントの詳細は、ホームページと各施設で配布する「みんなの健康だより特別号」でご確認ください。		
費用			
申込			
問合せ	042-724-4236 (町田市保健所健康推進課健康推進係)	昨年のイベントの様子 (子ども向けから高齢者向けまで 様々なイベントがあります。)	