



日時：2019年12月10日（火） 16:00～17:00
 参加：合計18名 帯広空港内 1F 日本航空応接室



講師, 熱弁をふるう!



第12回 JAL Wellness 2019.080

生活習慣病講座

痩せてる方もぽっちゃり気味の方も！
 全員で健康的な身体を手に入れよう!! 頑張ってご参加お願いします!!

★日時
 2019年12月10日(火)
 16:00～17:00

★場所
 帯広空港内
 JALオフィス 応接室にて

健康的にダイエット♪
 年齢・性別、活動量にあった
 適切なダイエットについて

帯広市より講師を招いて開催します。
 今回を機に生活習慣を改善してみませんか??

大切な家族のために・・・

脱!メタボ!!

参加希望の方は、各セッションリーダーまでお知らせください!
 (安藤・佐々木・小西・岩淵)

有力情報多数頂きました!

いいね!





皆さん真剣に受講中！





第12回Wellnessは、市の行政プログラムを利用し生活習慣病講座を受講しました。全員が改めて自らの食生活や健康管理に目を向ける良いキッカケになりました！これからも継続的に活動を始め、心身共に健康であり続ける帯広空港を目指します。