

参加無料  
事前申込  
先着40名  
対象：どなたでも

福岡市立中央市民センター主催  
健康講座vol.2

正しい知識で  
肌も心も  
すこやかに！

# 紫外線対策と、 血めぐり改善と睡眠習慣

日程 2024年5月8日(水)

時間 午後3時から4時15分(予定)

場所 中央市民センター(赤坂2-5-8)  
2階 第1会議室

参加費 無料

定員 先着40名(要事前申込)

お申し込み方法：4月1日(月)午前9時より受付開始

電話・FAX・来館・QRコードでお申し込みできます。

※定員になり次第、受付を締め切ります。



講師：花王グループカスタマーマーケティング(株)  
啓発講師 小森 真由子さん

## セミナー内容

紫外線の正しい知識を身に付け、効果的なUVケアを行う方法を教えていただきます。血めぐりを良くして、眠りの質をたかめる”睡眠習慣”のコツも一緒に学びましょう。先着40名(事前申込制)どなたでも参加でき、参加費は無料です。お申し込みはお早めに↑

QRコードはこちらから



主催 / 福岡市立中央市民センター (福岡市中央区赤坂2-5-8)

指定管理者 (株) シンコー

URL : <https://www.shinko-chuo.jp>

TEL:092-714-5521

FAX:092-714-5502

※駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。