

令和5年度  
仙台市宮城野区中央市民センター主催講座  
Miyachuギャラリー 【Part2】

宮城野区  
家庭健康課  
連携

# 出張！ 健康情報お届け隊

9月は“健康増進普及月間”です！食生活や歯と口の健康、運動等、健康増進に関する啓発パネルやポスターを展示します。ぜひお越しください。

【期間】 8/31(木)～9/28(木)

【会場】 宮城野区中央市民センター 2階展示スペース

体験会開催！

## 野菜摂取量チェック体験

「ベジメータ」という測定機に指を触れるだけで、普段摂取している野菜の量が数字で表されます。栄養士さんから食事のアドバイスももらえますよ♪

日時：① 9月1日(金) ② 9月27日(水)

両日ともに 10:30～15:00

場所：宮城野区文化センター 1階ロビー

参加無料。直接会場にお越しください。

