

健康づくり教室に参加された皆さんの声

1 日の中で食生活講座、運動講座、保健講座を組み合わせた健康づくりセミナーにご参加いただいた方の声です。（一部抜粋してあります）

講義だけでなく、体験・実技があるセミナーでよくわかりました。聞くだけでなく、生活の中に取り入れていくことが大切、これならできそうだと思います。

1日にいくつもの講座があって大変だと思っていましたが、楽しく参加出来ました。自分のためになる講座だったのであつという間の1日でした。



健康づくりセミナーにご参加いただき、また貴重なご意見をいただきありがとうございました。これからも健康づくりセミナーを通じて、皆さんの健康づくりのお手伝いをさせていただきます。



平成 23 年 4 月 18 日更新