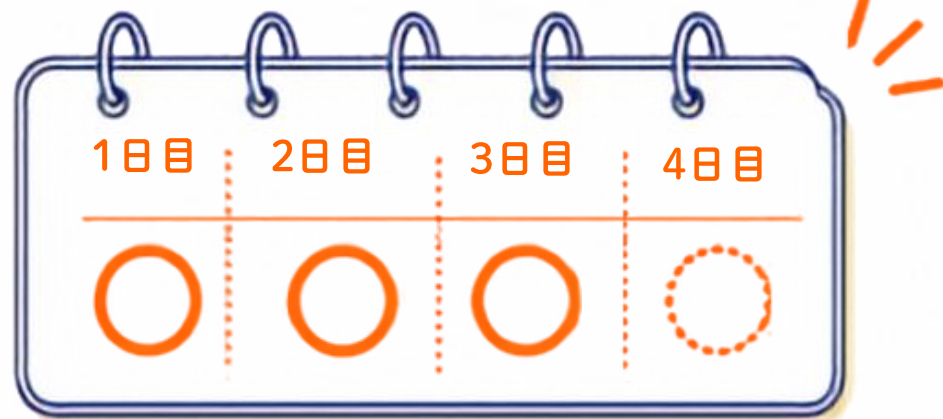


～豊かな郷で心と体の健康を～

豊郷病院 公開セミナー



「三日坊主」のやめ方

～わかっていることを、頑張らずに続けるコツ～

食事、運動、睡眠。続かないのには、理由があります。

こんな方に

- 健康にいいことを始めては、続かなかった方
- 健診で毎年、同じことを言われている方
- 家族の健康が気になるけれど、言えずにいる方



日時：2026年11月7日（土）14:00～15:00



場所：豊郷病院 内科外来 待合スペース



演者：前田 航規 医師（健診センター長 / 健康推進室長 / 産業医）



参加費：無料（事前申込：不要）

※事前申込・参加費は不要です。皆様お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。
※警報以上の発令が出された場合は中止とさせていただきますので、予めご了承ください。（尚、中止連絡は当院ホームページ又は院内ポスターにてお知らせいたします。）

<お問い合わせ> 豊郷病院 地域連携室

TEL：0749-35-3001