

医師の健康教室の お知らせ

第5回

毎年大好評！

「笑う門には健康きたる！」

寒くなり、感染症が流行しやすいこの季節、元気に過ごせていますか？
「笑い」は病気の予防や治療に効果があると研究で明らかになっており、
糖尿病やがんなどの生活習慣病の予防、うつ病や認知症などへの効果も期待されてい
ます。日常生活に「笑い」を積極的に取り入れ、心も身体も元気に過ごしましょう♪

日時

令和7年12月9日（火）

午後1時30分～3時（受付：午後1時～1時20分）

場所

ハピネスふくちやま 4階ホール

講師・内容

福知山医師会

落語家

ピアノ演奏

ふるき

古木

かつら

桂

まつおか

松岡

かつや

勝也

さんせん

三扇

みほ

美穂

先生

さん

さん

- ◆申込は不要です。直接、会場にお越しください。
- ◆福知山 KENPOS アクティブポイント 10 ポイントを付与します。
- ◆駐車場には限りがあります。ご了承ください。
- ◆保育を希望される人は、必ず事前にお申し込みください。

【問い合わせ先】 福知山市健康医療課

TEL:23-2788 FAX:23-5998

KENKOU