



明日を生きるための

# きょうの健康法

健康づくりも一歩ずつ

4月21日(土)

午前 11:00~12:00

午後 2:00~ 3:30

病気は気から。心と体の健康をご一緒に考えてみませんか。

講師 山地 宏 健康部長

昼食の用意がございます。

入場無料・駐車場有

NEWSTART

健康法

Nutrition 栄養

Exercise 運動

Water 水

Sunlight 日光

Temperance 節制

Air 空気

Rest 休息

Trust 信頼

主催・会場

セブンスデー・アドベンチスト

仙台キリスト教会

〒983-0803

仙台市宮城野区小田原

1-9-40

Tel&Fax022-295-5873