



奈良市ヘルスアップ事業市民講座

参加無料・申込不要



来るシカない！

聞くシカない！

～ あなたと、大切な人のために ～ ここまで様変わりした！「いまどきの禁煙」



京都大学附属病院
呼吸器内科
禁煙外来担当医
禁煙マラソン主宰

高橋 裕子 先生

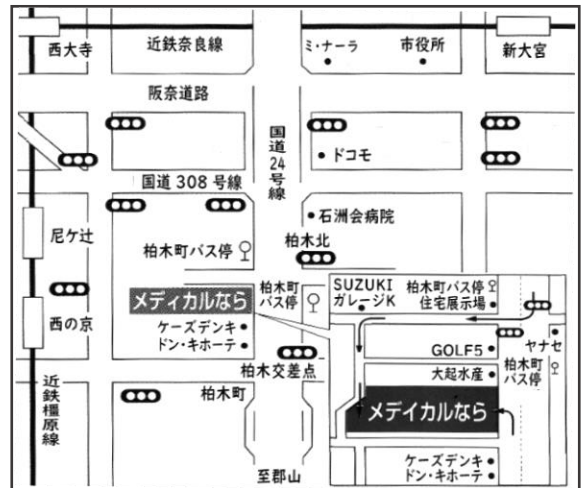
呼吸筋ストレッチ
体験も
あります！



◆日時 令和4年12月13日(火)
午後2時～3時30分(受付 午後1時30分～)

◆場所 奈良市医師会館 1階ホール
奈良市柏木町519-7(メディカルなら東隣り)
交通機関：近鉄奈良駅、JR奈良駅西口より
奈良交通バス「恋の窪町行」
“柏木町”バス停下車 徒歩5分

◎ZoomによるWeb生配信予定
操作方法につきましては 奈良市医師会
ホームページの入室手順をご覧ください



新型コロナウイルス感染予防対策について

- 発熱（37.5℃以上を目安とする）や体調不良のある場合は、参加をお控えください。
- 入館時にはマスクの着用をお願いいたします。
- 会場内は密を避けるため、間隔を空けてご着席いただきます。なお、満席の場合は、参加いただけない場合がございます。

この市民講座は奈良市と協会けんぽ奈良支部が共同で実施する「奈良市ヘルスアップ事業：COPD 早期発見を目的とする啓発事業」の一環として行うものです。